পাক-প্রণালী।

দ্বিতীয় খণ্ড।

শ্রীবিপ্রদাস মুখোপাধ্যায় দ্বারা,

সম্পাদিত।

—ডাক্তার আর, জে, চক্রবর্ত্তীব ডিস্পেন্‌সরী হইতে প্রকাশিত।

কলিকাতা;

১৩ নং রামনারায়ণ ভট্টাচার্য্যের লেন,

গ্রেট ইডিন্ প্রেসে,

শ্রীঅমৃতলাল মুখোপাধ্যায় দ্বারা মুদ্রিত।

১২৯২।

১৫৫।১ নং মাণিকতলা ষ্ট্রীটে প্রাপ্তব্য।

বিষয়। সূচীপত্র। পৃষ্ঠা।

পাক-প্রণালী।

দ্বিতীয় খণ্ড।

প্রথম সংখ্যা।

রন্ধন সম্বন্ধে কয়েকটী কথা।

পাক-প্রণালী প্রথম বৎসর অতীত হইয়া দ্বিতীয় বৎসরে পদার্পণ করিল। আমরা অতীব আহ্লাদসহকারে পরিচয় দিতেছি যে, গ্রাহক মহোদয়দিগের অনুগ্রহ ও উৎসাহে আশাতীত ফল লাভ হইতেছে। পাক-কার্য্যের জন্য যে, সমাজ মধ্যে দিন দিন আদর বৃদ্ধি হইতেছে, ইহা একটী গৌরবের বিষয়। অতি প্রাচীনকাল হইতে যে ভারত অন্নদান ও রন্ধন পারিপাট্যে পৃথিবীর মধ্যে সর্ব্ব প্রধান আসন গ্রহণ করিয়াছিল,

সেই ভারতে যে পুনর্ব্বার তাহার শ্রীবৃদ্ধি এবং নব উৎসাহ বৃদ্ধি হইতেছে, তাহা দর্শন করিলে কাহার না অন্তঃকরণ আনন্দে মাতিয়া উঠে?

সহজ কথায় বলিতে গেলে খাদ্যই যে, একপ্রকার মনুষ্যের জীবন, তাহা বোধ হয়, পৃথিবীর সকল জাতীই একবাক্যে স্বীকার করিবেন। রন্ধন-কার্য্যে উৎসাহ এবং আদর ভারতের নূতন পরিচয়ের বিষয় নহে। পূর্ব্বকালে ভীম প্রভৃতি মহাত্মা ব্যক্তিগণ যে পাক-কার্য্যে অসাধারণ কীর্ত্তি রাখিয়া গিয়াছেন, সে দেশে যে, রন্ধনের আদর বৃদ্ধি হইবে, ইহা এক প্রকার স্বতঃসিদ্ধ।

স্বহস্তে রন্ধন এবং অন্ন-দান হিন্দুজাতীর একটী ধর্ম্মের মধ্যে পরিগণিত। অদ্যাবধিও দেখিতে পাওয়া যায়, অনেক প্রাচীনা যোষিদগণ স্বহস্তে রন্ধন করিতে হইলে মহা আনন্দ প্রকাশ করিয়া থাকেন। তাঁহারা রন্ধনের পূর্ব্বে কিছুমাত্র আহার না করিয়া ভক্তির সহিত রন্ধন করিয়া থাকেন এবং ভোক্তাদিগের আহার সমাপ্ত হইলে জল গ্রহণ করেন। ধর্ম্মানুষ্ঠান করিতে হইলে যেরূপ ভক্তি ও শ্রদ্ধার সহিত তাহাতে প্রবৃত্ত হইতে হয়, তাঁহারাও সেইরূপ ভক্তিসহকারে রন্ধন-কার্য্যে প্রবৃত্ত হইয়া থাকেন। অন্ন-দানের যে কি মাহাত্ম্য তাহা পৃথিবীর মধ্যে ভারত প্রথমেই বুঝিতে পারিয়াছিল। ভারতের প্রতিগৃহ অতিথিশালা বলিলেও বড় দোষ হয় না। গৃহস্থাশ্রম হইতে অতিথি আহার না করিয়া বিমুখ হইলে তাহার সমুদায় পাপ গৃহীর প্রতি অর্শিবে এবং গৃহস্থের পুণ্যের ভাগ অতিথি লাভ করিবে, যে জাতির শাস্ত্রের এরূপ শাসন এবং হৃদয়ের দৃঢ় বিশ্বাস, সে জাতির মধ্যে অন্ন-দান প্রথা যে কতদূর প্রচলিত ছিল, তাহা অনায়াসেই বুঝিতে পারা যায়। হিন্দু-জাতির এমন কোন কর্ম্মানুষ্ঠান নাই যে, তাহাতে অন্ন-দান নাই। সাধারণকে আহার করান যে জাতির চির প্রথা, সে জাতির মধ্যে যে সেই খাদ্য দ্রব্য পাকেরও বহুল পরিমাণে শ্রীবৃদ্ধি সাধিত হইয়াছিল, এ বাক্য প্রমাণ জন্য কোন প্রকার আয়াস পাইতে হয় না। দুঃখের বিষয় এই বিজাতীয় শাসন, আচার ব্যবহারের ছায়া পতিত হইয়া হিন্দু-জাতির সেই পুণ্যালোক আচ্ছন্ন করিয়া ফেলিতেছে!

হিন্দুদিগের মধ্যে যেমন চব্য, চুষ্য, লেহ্য এবং পেয় প্রভৃতি নানাবিধ উপাদেয় খাদ্য ব্যবহারের প্রথা দেখা যায়, পৃথিবীর মধ্যে আর কোন জাতির সেরূপ প্রণালী দৃষ্টি-গোচর হয় না। শারীরিক স্বাস্থ্যের সহিত খাদ্যাদির ব্যবস্থা করিয়া ভোজন সম্বন্ধে এদেশে বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছিল। প্রথমে পিত্তের প্রকোপ অধিক, পিত্ত বৃদ্ধি হইলে নানাপ্রকার রোগের সম্ভব, এজন্য এদেশে প্রথমেই পিত্ত-নাশক তিক্ত রসবিশিষ্ট সুক্তাদির ব্যবহার এবং আদর দেখিতে পাওয়া যায়। তিথি বিশেষে চন্দ্র সূর্য্যের আকর্ষণ-জনিত পৃথিবীর যাবতীয় পদার্থের জলীয় অংশ বৃদ্ধি হয়, এজন্য যে যে দ্রব্য আহার করিলে শরীরে রসের আধিক্য হয়, তিথি বিশেষে তাহার ভোজন নিষেধ করিয়া আর্য্য ঋষিগণ খাদ্যাদি সম্বন্ধে জ্ঞানের চরম পরিচয় দিয়া গিয়াছেন।

হিন্দু-জাতির মধ্যে পাশব খাদ্যের অর্থাৎ মাংসাদির অধিক ব্যবহার দেখা যায় না। মনুষ্যসমাজ যখন ধর্ম্মের উচ্চ শিখরে আরোহণ করে, তখন জীব-হিংসা দ্বারা উদর পূরণের ইচ্ছা হ্রাস হইয়া আইসে, বোধহয় এই কারণ বশতই আজকাল সুসভ্য ইংলণ্ড ও আমেরিকা প্রভৃতি অনেক দেশে মাংস পরিত্যাগ এবং উদ্ভিদ্ ভোজনে শ্রদ্ধা বৃদ্ধি হইতেছে। কোন সময়ে জনৈক ইংরাজ বলিয়াছিলেন, "হিন্দু ও ইংরাজজাতির ভোজন স্থান দর্শন করিলে ইংলণ্ডবাসীদিগের ভোজনস্থল মহাশ্মশান বলিয়া বোধহয়।" বাস্তবিক স্তূপাকার অস্থি-রাশি, এক একটী আকারবিশিষ্ট জন্তু দেহ (রোষ্ট করা) দর্শন করিলে অন্তঃকরণে ঐরূপ ভাব হওয়া কিছু বিচিত্র নহে।

সমাজ কখন চিরকাল একরূপ উপকরণে গঠিত থাকে না, এইজন্যই সময় সময় লোকের আচার ব্যবহার এবং রুচি পরিবর্ত্তিত হইয়া থাকে। লোকের রুচির উপর যে, খাদ্যাখাদ্য নির্ভর করে, তাহা সকলেই অবগত আছেন। এই জন্যই এদেশে আজ কাল ইংরাজী খাদ্যাদির প্রতি শ্রদ্ধা এবং প্রবৃত্তি দেখিতে পাওয়া যায়। এখনকার শিক্ষিত হিন্দুসন্তানদিগের মধ্যে অনেকেরই বিজাতীয় খাদ্যের প্রতি সমধিক আদর বৃদ্ধি হইয়া আসিতেছে। এইজন্যই দেশীয় রন্ধন প্রথার প্রতি লোকের তাদৃশ রুচি দেখা যায় না।

পাক-প্রণালী সকল শ্রেণী অর্থাৎ হিন্দু ও অহিন্দু, শাক্ত এবং বৈষ্ণব প্রভৃতি সমুদায় সম্প্রদায়ের জন্য প্রকাশিত হইতেছে। ইহাতে যদি কেবল হিন্দু-জাতির খাদ্যের বিষয় লিখিত হয়, তাহা হইলে অন্যান্য শ্রেণী অসন্তুষ্ট হইয়া থাকেন এবং কেবলমাত্র বিজাতীয় খাদ্যাদির বিষয় প্রকাশ করিলে, হিন্দু-গণের বিরক্তি বৃদ্ধি করা হয়। এইজন্য প্রত্যেক সংখ্যাতেই প্রায় হিন্দু ও অহিন্দু এবং নিরামিশ ও আমিশ-ভোজী সকল শ্রেণীর উপযোগী বিষয় সকল নির্ব্বাচন করা হইয়া থাকে। প্রসঙ্গক্রমে আর একটী কথা প্রকাশ না করিয়া থাকিতে পারিলাম না। সামান্য অবস্থাপন্ন হইতে ধনকুবের ভোগবিলাসী পর্য্যন্ত পাক-প্রণালীর আদর করিয়া আসিতেছেন। সুতরাং কেবল যদি সামান্য শ্রেণীর উপযোগী অর্থাৎ যৎসামান্য ঘৃত মসলা দ্বারা রন্ধনের নিয়ম লিখিত হয় তাহা হইলে উচ্চ শ্রেণীর ভোক্তাদিগের রসনায় তাহা স্থান পায় না এবং কেবল যদি তাঁহাদিগের রসনার যোগ্য রন্ধনের বিষয় লিখিত হয়, তাহা হইলে সামান্য গৃহস্থদিগের পক্ষে তাহা কোন কার্য্যকারক হয় না। এইজন্য সামান্য ব্যয়-সাধ্য হইতে বহুব্যয়-সাধ্য সকল প্রকার রন্ধনের বিষয়ই প্রকাশ আরম্ভ হইল। এতদ্ব্যতীত বৈদ্য এবং ডাক্তারদিগের ব্যবস্থাপিত পথ্যাদি রন্ধনের বিষয়গুলিও অতি পরিষ্কাররূপে লিখিত হইবে।

গত বৎসর অপেক্ষা এ বৎসর আমরা পৃথিবীর নানা স্থান হইতে নানা-প্রকার খাদ্য-দ্রব্য রন্ধনের প্রণালী সংগ্রহ করিয়াছি এবং তৎসমুদায় পরীক্ষা করিয়া যতদূর জ্ঞানলাভ হইয়াছে, দ্বিতীয় খণ্ডে সেই সকল উপাদেয় খাদ্যের বিষয় প্রকাশিত হইবে। এতদ্ভিন্ন পাটনার খায়ের লাড়ু ; কাশীর কচুরি ও মোরব্বা ; এলাহাবাদের গুজিয়া ; মথুরার পেঁড়া ; আগরার দাইল মোট ; দিল্লির নকলদানা ; লক্ষৌয়ের মোহনপাপড়ি ; লাহোর ও অম্বালার মোহন-ভোগ ; হাপড়ের পাপড় ; কাশ্মীরের কুল্‌চা এবং ফ্রান্স, ইংলণ্ড, ইটালি, জর্ম্মনি ও আর্ম্মানিয়া প্রভৃতি নানা স্থানের খাদ্যাদির পরীক্ষিত রন্ধন নিয়ম পাঠকগণের নিকট উপস্থিত হইতে থাকিবে।

ছানার কালিয়া।

নিরামিষ কিম্বা আমিষ-ভোজী উভয়েরই নিকট ছানার কালিয়ার বিশেষ আদর। রন্ধন পারিপাট্যে উহা মাংসের ন্যায় সুখাদ্য হইয়া থাকে। অনেক দিন হইতে ছানার কালিয়া বঙ্গদেশে প্রচলিত আছে। প্রত্যেক গৃহস্থই মনে করিলে এই ব্যঞ্জন রন্ধন করিয়া আহার করিতে পারেন। যে নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ছানা (১)	...	...	...	এক সের।
আলু	...	...	...	আধ সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
ধনেবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
জিরামরিচবাটা		...	...	এক তোলা।
তেজপত্র	...	...	...	চারিখানি।
হরিদ্রাবাটা	...	...	...	আধ তোলা।
আদাবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
ছোট এলাচ	...	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
দারুচিনি	...	...	...	তিন আনা।
চিনি	...	...	...	দুই তোলা।
লবণ	...	...	...	দুই তোলা।
জল	...	...	...	আধ সের।

প্রথমে ছানা একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া কোন স্থানে ঝুলাইয়া রাখিতে হইবে, এইরূপ করিয়া রাখিলে ছানার জল ঝরিয়া পড়িয়া যাইবে। অনন্তর ঐ ছানা লইয়া বরফির ধরণে কাটিয়া লইতে হইবে।

(১) বৈদ্য শাস্ত্রমতে ছানার গুণ—শুক্র বৃদ্ধিকারক এবং পিত্ত ও বায়ু-হারক।

(১) বৃষ্যা, স্নিগ্ধা পিত্তানিলাপহা।

ইতি রাজবল্লভঃ। (১)

এদিকে একটী পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া যখন তাহা পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে ঐ কর্ত্তিত ছানাগুলি ভাজিয়া লইতে হইবে। ভাজিবার নিয়ম এই যে, উহা ঈষৎ লাল্‌ছে ধরণের হইলেই ঘৃত হইতে তুলিয়া আর একটী পরিষ্কার পাত্রে রাখিতে হইবে।

উহা তুলিয়া রাখা হইলে সেই ঘৃতে খোসা ছাড়ান দো-চিরা আলুগুলিও ঐরূপে ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া লইতে হইবে।

এখন ঐ পাক-পাত্রে ধনেবাটা, হরিদ্রাবাটা, আদাবাটা দিয়া নাড়িতে হইবে। নাড়িতে নাড়িতে যখন এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইতে থাকিবে এবং সমুদয় মসলা একত্রিত হওয়াতে এক প্রকার রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহাতে সমুদয় জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। জলে উহা ফুটিয়া উঠিলে, ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে ভাজা ছানা ও আলু ঢালিয়া পুনর্ব্বার হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং উহা সিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে জিরামরিচবাটা, চিনি ও লবণ দিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় উহা একবার ফুটিয়া উঠিলে আর একটী পাত্রে ঢালিয়া ঐ হাঁড়িটী জল দিয়া ধুইয়া পরিষ্কার করত জ্বালে বসাইতে হইবে এবং গরম হইলে, তাহাতে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা পাকিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে তেজপাতা ও অর্দ্ধেক পরিমাণ লবঙ্গ ছোট এলাচের দানা এবং দারুচিনির কুচি অল্প ছেঁচিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। উহা লাল্‌চে রঙের হইলে তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত ব্যঞ্জন ঢালিয়া দিয়াই হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং গুড় গুড় শব্দে ফুটিয়া আসিলেই ঢাকনী খুলিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় দুই একখানি আলু ভাঙিয়া ঝোল ঘন হইয়া আসিবে। এদিকে অবশিষ্ট গরমমসলা বেশ খিচ-শূন্য করিয়া বাটিয়া সমুদয় ঘৃতে গুলিয়া ঐ ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিয়াই আর একবার নাড়িয়া চাড়িয়া উত্তমরূপে হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর দশবার মিনিট পরে এই ছানার কালিয়া আহার করিয়া দেখ, উহা কেমন সুখাদ্য রসনার লোভ-জনক হইয়াছে।

———

আর্ম্মানি খিচুড়ি

আর্ম্মানি খিচুড়ি যে কিপ্রকার মুখ-প্রিয়, তাহা আহার করিয়া বুঝিলেই ভাল হয়। এরূপ উপাদেয় খাদ্যের ব্যবহার বৃদ্ধি হওয়াই একান্ত আবশ্যক। ভিন্ন ভিন্ন জাতির মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম ও উপকরণে খিচুড়ি রাঁধিবার ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়। আর্ম্মানি জাতির মধ্যে কয়েক প্রকার নিয়মে খিচুড়ি রাঁধিবার প্রথা প্রচলিত আছে। আমরা সচরাচর যে সকল মসলা ব্যবহার করিয়া থাকি, ঐ সকল খিচুড়িতে প্রায় সেই সকল মসলা ব্যবহৃত হইতে দেখা গিয়া থাকে। ভোজন-প্রিয় ব্যক্তিদিগের নিকট আর্ম্মানি খিচুড়ি একটী আদরের খাদ্য। যে নিয়মে এই উপাদেয় খিচুড়ি রাঁধিতে হয় তাহার বিষয় লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সোণামুগের দাইল		...	...	এক সের।
চাউল	...	...	...	এক পোয়া।
ডিম	...	...	...	দশটা।
ঘৃত	...	...	...	আধ সের।
বাদাম	...	...	...	দুই ছটাক।
কিস্‌মিস্	...	...	...	দুই ছটাক।
পেস্তা	...	...	...	দুই ছটাক।
মিছরি	...	...	...	দুই তোলা।
পিয়াজ	...	...	...	এক পোয়া।
রসুন	...	...	...	চারি আনা।
আদাবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
আদার কুচি	...	...	...	এক তোলা।
জাফরাণ	...	...	...	আট আনা।
ধনেছেঁচা	...	...	...	এক পোয়া।
লঙ্কাবাটা	...	...	...	এক তোলা।

দারুচিনি	...	...	...	ছয় আনা।
তেজপত্র	...	...	...	চারি আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	ছয় আনা।
মরিচ গোটা	...	...	...	দুই তোলা।
জিরা	...	...	...	দুই তোলা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।
ক্ষিরপাতা দধি	...	...	...	এক পোয়া।
জল	...	...	...	চারি সের।

প্রথমে ধনে, মরিচ, জিরা ও তেজপাতা একখানি পরিস্কৃত নেকড়ায় পুঁটলি বাঁধিয়া একটী হাঁড়ি অথবা ডেক্‌চিতে রাখ। এখন সমুদয় জল ঐ হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া একখানি ঢাক্‌নি দ্বারা উহার মুখ ঢাকিয়া দিয়া জ্বালে চড়াও। মৃদু মৃদু জ্বালে যখন জল মরিয়া দুই সের থাকিবে, তখন তাহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে আর একটী পাক-পাত্রে দেড় পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লও এবং তাহাতে কিস্‌মিস্‌গুলি বাদামি ধরণে ভাজিয়া অন্যপাত্রে তুলিয়া রাখ। এখন ঐ ঘৃতে রসুনকুচিগুলি ভাজিতে থাক। যখন দেখা যাইবে, উহার লাল্‌চে রঙ হইয়াছে তখন তুলিয়া ফেলিয়া দিবে। রসুনের ন্যায় আদাকুচিগুলি ভাজিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। তাহার পর পিঁয়াজেরকুচি বাদামি ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর সমুদয় জাফরাণ, আদাবাটা, লঙ্কাবাটা ঐ ঘৃতে দিয়া আধভাজা করিতে হইবে, এই সময় সমুদয় মসলার এক প্রকার রঙ হইয়া উঠিবে এবং সুগন্ধে ঘর আমোদিত করিতে থাকিবে। অতঃপর উহাতে চাউল ও দাইল দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে।

পোলাও প্রভৃতিতে যেরূপ চাউল ব্যবহার হয়, আর্ম্মানি খিচুড়ির পক্ষেও সেইরূপ চাউল প্রসস্ত। প্রথমে চাউল ও দাইল উত্তমরূপে ঝাড়িয়া ও বাছিয়া লইতে হইবে। ভালরূপ ঝাড়া ও বাছা হইলে না ধুইলেও চলিতে পারে। পূর্ব্বে যে ডিমের কথা বলা হইয়াছে, এখন তাহা ভাঙ্গিয়া তাহার

তরলাংশ ঐ চাউল ও দাইলে মাখতে হইবে। ডিম মাখান চাউলাদি একটী বিস্তৃত পাত্রে রাখিয়া পাতলা করিয়া বিছাইয়া দিয়া সর্ব্বদা নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এইরূপ নাড়া চাড়াতে যদি উহা ঝর্‌ঝরে হয় ভালই, নতুবা উহা তুলিয়া জ্বাল প্রাপ্ত মসলার উপর ঢালিয়া দিয়া ক্রমাগত নাড়িতে চাড়িতে হইবে। এই সময় উনানে মৃদু জ্বাল থাকা আবশ্যক। এইরূপভাবে অনবরত নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে অধিকাংশ চাউলই চুড় চুড় করিয়া ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত আখনির জল অল্প অল্প পরিমাণে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। চাউল ফুটিয়া নরম হইয়া আসিলে, তাহাতে লবণ ও অর্দ্ধেক পিয়াজভাজা ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। যে কোন খিচুড়ীর প্রতি এই সময় বিশেষরূপ দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। কারণ এই সময় অধিক জ্বাল পাইলে এবং ভালরূপ নাড়া চাড়া না হইলে প্রায়ই আঁকিয়া যায়।

অনন্তর যখন দেখা যাইবে খিচুড়ী বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে সমুদায় পিয়াজভাজা ও কিস্‌মিস্‌ ঢালিয়া দিতে হইবে। এদিকে অবশিষ্ট গরম-মসলা ও বাদাম এবং পেস্তাবাটা সমুদায় ঘৃতে গুলিয়া এবং তাহাতে দধি ও মিছরি দিয়া ঐ খিচুড়ীতে ঢালিয়া দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে এবং একবার ফুটিয়া উঠিলে উহা নামাইয়া ঠাণ্ডা স্থানে রাখিতে হইবে। এই সময় হাঁড়ি বা ডেক্‌চির মুখের ঢাক্‌নিটীর যোড়-মুখে একখানি ভিজা নেকড়া বা গামছা জড়াইয়া রাখিয়া ত্রিশ মিনিট পরে ঢাকনি খুলিয়া পরিবেশন করিলেই চলিতে পারে। পরিবেশনের সময় আর একবার উত্তমরূপ নাড়িয়া লওয়া আবশ্যক। উপরি লিখিত প্রণালী ও উপকরণ দ্বারা রন্ধন করিলে আর্ম্মানি খিচুড়ী রাঁধা হইল।

(১) বৈদ-শাস্ত্র মতে মুগের গুণ—কষায়, গ্রাহি, শীতল এবং পাকে কটু। মুগের যুষের গুণ—পিত্ত, শ্রম ও ক্লান্তি-শমনকারী, লঘু, সন্তাপ-হারক এবং অরুচি-নাশক।

(২) ভাবপ্রকাশ মতে সামান্য বায়ু-নাশক এবং জ্বরঘ্ন।

---

(১) কষায়ত্বং গ্রাহিত্বং শীতলত্বং পাকে কটুত্বং তদ্‌যূষগুণাঃ—পিত্তশ্রমার্ত্তি-শমনত্বং লঘুত্বং সন্তাপহারিত্বং অরোচক-নাশিত্বং। ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

(২) স্বাদুত্বং অল্পানিলহরত্বং জ্বরঘ্নত্বং। ইতি ভাব প্রকাশঃ।

জর্ম্মাণ ষ্টুপ।

ইয়ুরোপে ষ্টুপ রাঁধিবার ভিন্ন ভিন্ন রূপ নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। জর্ম্মাণিতে যে প্রণালী অনুসারে ষ্টুপ রাঁধিবার নিয়ম প্রচলিত, সেই নিয়মে উহা রন্ধন করিলে অতি সুখাদ্য হইয়া থাকে। কিন্তু ইয়ুরোপে ঠিক যেরূপ নিয়মে রন্ধন হইয়া থাকে, অবিকল সেইরূপ নিয়মে রন্ধন করিলে, তাহা আমাদের পক্ষে তত সুখাদ্য হয় না। এজন্য উহা একটু পরিবর্ত্তন করিয়া রন্ধন করিলে আমাদের রুচির অনুরূপ হইয়া থাকে। শীতাধিক্য প্রযুক্ত ইয়ুরোপের মধ্যে প্রায়ই সমুদায় দেশে তৈল ও ঘৃতের পরিবর্ত্তে চর্ব্বি দ্বারা রন্ধন-কার্য্য নির্ব্বাহ হইয়া থাকে কিন্তু আমাদের এই উষ্ণ প্রধান দেশে তাহা অতি গুরু-পাক এবং পীড়া-দায়ক হয়, আর উহা তত সুখাদ্যও বোধ হয় না।

আমরা যে প্রণালীতে জর্ম্মাণ ষ্টুপ রাঁধিবার নিয়ম লিখিলাম, পাঠকগণ একবার উহা রন্ধন করিয়া দেখিবেন যে, ঐ ষ্টুপ কেমন সুখাদ্য।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	এক সের।
ঘৃত	আধ পোয়া।
নারিকেল	এক পোয়া।
নারিকেল দুগ্ধ	আধ সের।
লঙ্কাবাটা	দুই তোলা।
পিয়াজের রস	দুই ছটাক।
রসুনের কুচি	দুই আনা।
ছোট এলাচের দানা	ছয় আনা।
দারচিনির কুচি	চারি আনা।
লবঙ্গ	তিন আনা।
আদার রস	এক ছটাক।
লবণ	তিন তোলা।
গরম জল	আধ সের।

প্রথমে হাড়-শূন্য কোমল মাংস বাদামী ধরণে কুটিয়া তাহাতে আদার রস, লঙ্কাবাটা এবং লবণ মাখাইয়া দুই ঘণ্টাকাল রাখ।

এদিকে দুর্ম্মা নারিকেলের ফালি তুলিয়া তাহার পৃষ্ঠের অর্থাৎ যে ভাগ মালার দিকে থাকে, সেই দিকের কাল অংশ ছাড়াইয়া ফেল। উহা ছাড়ান হইলে দুই দিকই শাদা হইবে, তখন উহা ডুমা ডুমা করিয়া কুটিয়া রাখ। এই সময় ঝুনা নারিকেল কুরিয়া একখানি কাপড়ে পুঁটলি করিয়া দুগ্ধ চাপিয়া লও। যদি সহজে দুগ্ধ বাহির না হয়, তবে তাহাতে দুই এক ঝিনুক পরিমিত গরম জল দিয়া চাপিতে বা নিংড়াইতে থাক, সমুদায় দুগ্ধ নির্গত হইবে।

এইরূপে সমুদায় প্রস্তুত হইলে একটী পাক-পাত্রে দেড় ছটাক ঘৃত চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে রসুন ভাজিয়া উহা তুলিয়া ফেলিয়া দেও। পরে সেই ঘৃতে মাংস ঢালিয়া দিয়া কসিতে থাক। খানিকক্ষণ নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। এইরূপে মধ্যে মধ্যে নাড়িবে এবং ঢাকিয়া রাখিবে। পরে তাহাতে পিয়াজের রস খাওয়াতে থাক। উহা দেওয়া হইলে নারিকেলের দুগ্ধ খাওয়াইতে আরম্ভ কর এবং অর্দ্ধেক দুগ্ধ খাওয়ান হইলে গরমমসলা দিয়া অবশিষ্ট দুগ্ধ ঢালিয়া দেও। এখন উহাতে গরম জল দিয়া আর একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া উহা ঢাকিয়া রাখ। সুসিদ্ধ হইলে ঘৃত দিয়া নামাও। এরূপ রাঁধাকে জর্ম্মাণ ষ্টুপ কহিয়া থাকে। এখন পাঠকগণ উহা আহার করিয়া দোষ গুণ বিচার করেন।

(১) বৈদ্যশাস্ত্র মতে নারিকেলের গুণ—গুরু, স্নিগ্ধ, শীতল, পিত্ত-নাশক।

(২) অর্দ্ধপক্ব নারিকেল গুণ—তৃষ্ণাশোষণশমতাকারক, দুর্জ্জর।

(৩) ডাবনারিকেলের জলের গুণ—লঘু, শীতল, রসপাকে মধুর, পিত্ত-পীনস, তৃষ্ণা, দাহশোধক এবং সুখ-দায়ক।

(৪) পক্বনারিকেলের জলের গুণ—কিঞ্চিৎ পিত্ত-কারক, রুচি দায়ক, মধুর, বল-কারক, গুরু এবং বীর্য্য-বর্দ্ধক।

---

(১) গুরুত্বং স্নিগ্ধত্বং শীতত্বং পিত্ত-নাশিত্বং।

(২) অর্দ্ধপক্বস্য তস্য গুণৌ—তৃষ্ণাশোষশমনত্বং দুর্জ্জরত্বঞ্চ।

(৩) বালানারিকেল জলের গুণ—লঘুত্বং শীতলত্বং রসপাকে মধুরত্বং পিত্তপীনসতৃষাস্রবিদাহভ্রান্তি-শোষমনত্বং সুখদায়িত্বঞ্চ।

(৪) পণক্বনারিকেল জলগুণঃ—কিঞ্চিৎ পিত্তকারিত্বং রুচিদত্বং মধুরত্বং বলকরত্বং গুরুত্বং বীর্য্যবর্দ্ধত্বঞ্চ। ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

হাইদ্রাবাদী কালিয়া।

মাংসের কালিয়া অতি সুখাদ্য। রন্ধন পারিপাট্যে উহা এরূপ আস্বাদ-জনক হইয়া থাকে যে, একবার আহার করিলে রসনা সে আস্বাদন আর ভুলিতে ইচ্ছা করে না। মৎস্য এবং মাংস উভয়েরই কালিয়া প্রস্তুত হইয়া থাকে। আমিষ-ভোজী ব্যক্তিদিগের নিকট কালিয়ার অত্যন্ত আদর। অন্ন, পোলাও, রুটি এবং লুচির সহিত কালিয়া সংযোগ করিয়া আহার করিতে হয়। কালিয়াতে অধিক ঝোল থাকে না। মাংসাদিতে ঝোলের ভাগ অধিক হইলেই প্রায় তাহা পান্‌সে হইয়া থাকে, সুতরাং তাহা সুখাদ্য হওয়া দূরে থাকুক, আরও বিস্বাদু হইয়া উঠে। এইজন্য বিশেষ মনোযোগের সহিত উহা রাঁধিতে হয়।

মুসলমানজাতি দ্বারা কালিয়া রন্ধনের বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছে। নানা প্রকার নিয়মে কালিয়া রাঁধিবার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ঘৃত ও মসলাদির সামান্য পরিমাণ হইতে অধিক পরিমাণ ব্যবহারের রীতি আছে। এক এক প্রকার কালিয়া এতদূর মুখ-প্রিয় এবং গুরু-পাক যে, সকলে তাহা আহার করিয়া পরিপাক করিতে সমর্থ হয়েন না। অত্যন্ত সুখাদ্য বলিয়াই কালিয়া রাঁধিবার নিয়ম পৃথিবীর মধ্যে অন্যান্য সভ্য-জাতি উহার অনুকরণ করিয়াছেন। অনেকেই অনুমান করেন, কালিয়া হইতে কারি রাঁধিবার নিয়ম বাহির হইয়াছে। মুসলমানদিগের নিকট হইতে ইহুদিগণ এবং ইহুদিগের নিকট হইতে ইয়ুরোপের অন্যান্য জাতি কারি রাঁধিতে শিক্ষা-লাভ করিয়াছেন। এক্ষণে কারি পৃথিবীর মধ্যে প্রায় সর্ব্বত্র প্রচলিত।

কালিয়া রাঁধিবার যে বহুবিধ নিয়ম আছে, তাহা ইতিপূর্ব্বে উল্লিখিত হইয়াছে। অদ্য তৎসমুদায়ের মধ্যে একটী নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মংস	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	দেড় পোয়া।

আনারস (১)	...	...	...	এক পোয়া।
দধি	...	...	...	এক পোয়া।
ক্ষীর	...	...	...	আধ পোয়া।
আলু	...	...	...	আধ সের।
পেস্তাবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
ধনেবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
বাদামবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
আদাবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
পিয়াজবাটা	...	...	...	আধ পোয়া।
জাফরাণ (২)	...	...	...	আট আনা।
লঙ্কাবাটা	...	...	...	এক তোলা।
লবঙ্গবাটা	...	...	...	দুই আনা।
দারুচিনিবাটা	...	...	...	ছয় আনা।
ছোট এলাচবাটা	...	...	...	ছয় আনা।
তেজপাতা	...	...	...	আটখানি।
লবণ	...	...	...	চারি তোলা।
জল	...	...	...	এক সের।

অত্যন্ত পাকা মাংস কালিয়ার পক্ষে ততটা ভাল নহে। কারণ মাংস পাকা হইলে তাহা ঝোলের সহিত লপেট গোছের মাখা মাখা হয় না এবং আহারের সময় চিবাইতে ছিবড়া থাকে এবং মুখে মিলাইয়া যায় না, এজন্য কোমল মাংসই অতি উত্তম। অল্প-বয়স্ক ছাগ বা হালোয়ানের মাংস হইলেই ভাল হয়।*

(১) ইচ্ছা হইলে ত্যাগ করিতে পারা যায়।

(২) অভাবে হরিদ্রা বাটা।

* গর্ভ সঞ্চার হয় নাই এরূপ ছাগী।

প্রথমে আদাবাটা, ধনেবাটা, পিয়াজবাটা, লঙ্কাবাটা, জাফরাণ বা হরিদ্রাবাটা প্রভৃতি সমুদায় মসলাগুলি উত্তমরূপ খিচশূন্য করিয়া বাটিয়া রাখিতে হইবে। মসলার দোষে অনেক সময়ে ব্যঞ্জনাদি খারাপ হইয়া থাকে। আমরা বিশেষরূপ পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, বাটা মসলা অপেক্ষা গুঁড়া মসলা দ্বারা ব্যঞ্জন রন্ধন করিলে উহার সুন্দররূপ রঙ হইয়া থাকে। পৃথিবীর মধ্যে অধিকাংশ দেশেই গুঁড়া মসলা প্রচলিত। ইয়ুরোপের মধ্যে প্রায় সমুদায় দেশে কলে পেষিত মসলার গুঁড়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে। ভারতবর্ষের মধ্যে উত্তর পশ্চিমাঞ্চলেও মসলার গুঁড়া ব্যবহার করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। বাটা মসলায় ব্যঞ্জনের ভালরূপ রঙ হয় না এবং তরকারি অধিকক্ষণ স্থায়ী হইতে পারে না। এস্থলে আর একটী কথা মনে রাখা উচিত। আমরা অনেক সুপাচককে মাংসাদিতে জিরামরিচ ব্যবহার করিতে দেখিতে পাই না। জিরামরিচ দ্বারা মাংসের কোন প্রকার সুতার হয় না, বরং আস্বাদন মন্দ হইয়া থাকে।

প্রথমে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে, তাহাতে আলুগুলি অল্প কসিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া লইতে হইবে। এখন ঐ ঘৃতে ধনেবাটা, জাফরাণ, আদাবাটা, পিয়াজবাটা লঙ্কাবাটা দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। নাড়িবার সময় মধ্যে মধ্যে তাহাতে শীতল জলের ছিটা মারিতে হইবে। মসলা যেন কোনক্রমে পাক-পাত্রের গায়ে কামড়াইয়া ধরিতে না পারে কিম্বা পুড়িয়া উঠিয়া উহা বিকৃত না হয়, তজ্জন্য হাঁড়ি বা ডেক্‌চির গায়ে (ভিতরে) অল্প জলের ছিটা দিলে ভাল হয়। অনন্তর তাহাতে দধি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। এইরূপ নাড়িতে নাড়িতে এক প্রকার উত্তম রঙ হইয়া উঠিবে।

এদিকে আর একটী হাঁড়িতে জল উনানে জ্বালে বসাইয়া রাখিতে হইবে। *

* কেহ কেহ আবার শুধু জল না দিয়া ধনে, তেজপত্র প্রভৃতি আখনির মসলা দ্বারা ঐ জল প্রস্তুত করিয়া লয়েন, আখনির জল হইলে কালিয়া সমধিক সুখাদ্য হয়।

যখন দেখা যাইবে মসলা ঘৃত সংযোগে এক প্রকার উত্তম সোণা রঙের ন্যায় হইয়াছে এবং উত্তম গন্ধও বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে মাংসগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। এই সময় হইতে মধ্যে মধ্যে নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। কিছুক্ষণ পরে দেখা যাইবে, মাংস হইতে যে জল বাহির হইয়াছিল, তাহা মরিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত গরম জল ঢালিয়া দিতে হইবে। কিছুক্ষণ পরে, তাহাতে লবণ দিয়া একবার উত্তমরূপ নাড়িয়া চাড়িয়া পূর্ব্বের ন্যায় পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে মাংস প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে আনারস ও ভাজা আলুগুলি দিতে হইবে।

মাংস উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইয়া যখন দেখা যাইবে, ঝোলের ভাগ কমিয়া আসিয়াছে এবং উহার এক প্রকার থকথকে অবস্থা হইয়াছে, তখন তাহাতে ছোট এলাচবাটা, বাদামবাটা ক্ষীরে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়াই উহা নামাইয়া রাখিতে হইবে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত উহা পরিবেশন করা না হইবে ততক্ষণ যেন পাক-পাত্রের মুখ ঢাকা থাকে। অনন্তর পরিবেশনের সময় একবার নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই চলিতে পারে।

এই হায়দ্রাবাদী কালিয়া ভাল করিয়া রাঁধিতে পারিলে এমন রসনা নাই যে, সে কখন উহা ভুলিতে পারে।

মাংসের কোপ্তা।

মৎস্য এবং মাংস উভয় দ্রব্য দ্বারাই কোপ্তা প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য দ্বারা রন্ধন করিলে তাহার যে আস্বাদন ও গুণের প্রভেদ হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় সকলেই সহজে বুঝিতে পারেন। কোপ্তা আহারে বেশ সুখাদ্য। এই খাদ্য-দ্রব্য রন্ধন নিয়ম জানা থাকিলে ভোক্তা-গণ ইচ্ছানুসারে উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি-সাধন করিতে পারেন। যে নিয়মে মাংসের কোপ্তা রাঁধিতে হয়, পাঠকবর্গ তাহা পাঠ করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

হাড়-শূন্য কোমল মাংস		...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	আধ সের।
ডিম	...	...	...	পাঁচটা।
বেসম	...	...	...	এক ছটাক।
বিস্কুটের গুঁড়া (১)		...	...	এক ছটাক।
পেস্তাবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
বাদামবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
লঙ্কাবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
লবঙ্গবাটা	..	...	...	দুই তোলা।
ধনেবাটা	...	...	...	এক তোলা।
ছোট এলাচের গুঁড়া		...	...	চারি আনা।
দারুচিনির গুঁড়া		...	...	চারি আনা।
পিয়াজবাটা	...	...	...	আধ পোয়া।
আদাবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
হরিদ্রাবাটা	...	...	...	এক তোলা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।

কোপ্তার পক্ষে কোমল মাংসই প্রশস্ত। প্রথমে মাংস বেশ করিয়া সুসিদ্ধ করিতে হইবে। সুসিদ্ধ হইলে তাহা হামামদিস্তায় কুটিয়া অথবা শিলে বাটিয়া উত্তমরূপ পেষণ করিতে হইবে। অনন্তর ঐ পেষিত মাংসে বাদামও পেস্তাবাটা এবং সমুদায় মসলাবাটা এক সঙ্গে মিশাইতে হইবে।

মসলাদি মিশান হইলে তিনটা ডিম ভাঙিয়া তাহার তরলাংশ ও বেসম ঐ মাংসে দিয়া উত্তমরূপ চট্‌কাইতে হইবে। চট্‌কাইতে চট্‌কাইতে উহা কাদার ন্যায় অথচ আঠার মত হইয়া উঠিবে। এখন আধ পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে ঐ মাংস

(১) অভাবে ময়দা ও বেসম।

দিয়া একখানি খুন্তি দ্বারা অনবরত নাড়িতে চাড়িতে হইবে। নাড়িতে নাড়িতে যখন ঈষৎ বাদামী রঙের হইয়া উঠিবে, তখন তাহা নামাইয়া এক একটী আমড়ার ন্যায় (ইচ্ছা হইলে অপেক্ষাকৃত ছোট অথবা বড়ও করিতে পারা যায়) গড়াইতে হইবে। সমুদায়গুলি গড়ান হইলে, পূর্ব্বোক্ত অবশিষ্ট ডিম ভাঙিয়া তাহার তরলাংশে এক একটী মাংসের ঐ গোলক ডুবাইয়া বিস্কুটের পেষিত গুঁড়া মাখাইয়া লইতে হইবে। এদিকে একখানি কড়াতে অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ কোপ্তাগুলি দিয়া ভাজিতে হইবে। বাদামী গোছের রঙ হইলে একখানি ঝাঝ্‌রা হাতায় করিয়া তুলিয়া পাত্রান্তরে রাখিতে হইবে। এইরূপ প্রস্তুত করা মাংসকে মাংসের কোপ্তা কহিয়া থাকে। কোপ্তা অল্প গরম গরম আহার করাই ব্যবস্থা। শীতল হইলে আহারের পূর্ব্বে পুনর্ব্বার গরম করিয়া লওয়া উচিত। কোপ্তা ঠাণ্ডা হইলে তত সুখাদ্য হয় না। মুসলমানদিগের দ্বারা এই খাদ্য প্রকাশিত হয়।

সামান্য অবস্থাপন্ন ব্যক্তি সকল ঘৃতের পরিবর্ত্তে তৈল দ্বারা কোপ্তা ভাজিয়া থাকে, কিন্তু তাহা যে ভদ্রলোকের রসনায় আদরনীয় হয় না তাহা বলা বাহুল্য। তৈল-পক্ক মাংস কেবল যে সুখাদ্য নয় এরূপ নহে, তদ্দ্বারা আবার নানাপ্রকার পীড়া হইবার সম্ভব।

ওলের কাশ্মীরি ডাঁল্লা।

কাশ্মীরে অনেক প্রকার উপাদেয় ব্যঞ্জনাদি রন্ধন হইয়া থাকে। তথায় যেরূপ নিয়মে ওলের ডাঁল্লা রন্ধন করিবার ব্যবস্থা প্রচলিত দেখা যায়, নিম্নে সেই প্রণালী লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ওল	...	...	...	এক সের।
তেঁতুল পাতা	...	...	...	আধ সের।
ধনের গুঁড়া	...	...	...	এক তোলা।

লঙ্কাবাটা	...	...	...	আট আনা।
আদার রস	...	...	...	তিন তোলা।
পিয়াজের রস } (১)		...	...	এক ছটাক।
রসুন }		...	...	এক কোয়া।
তেজপত্র	...	...	...	ছয়খানা।
বড় এলাচ গুঁড়া		...	...	দুই আনা।
ঘৃত	...	...	...	দুই ছটাক।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।
হরিদ্রার গুঁড়	...	...	...	আধ তোলা
জল	...	...	...	আধ সের।

প্রথমে ওল বড় বড় চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া—এক দিন মাটির উপর ফেলিয়া রাখিতে হইবে। কেহ কেহ আবার উহা রৌদ্রে শুষ্ক করিয়াও লইয়া থাকেন, রৌদ্রে শুষ্ক করিলে মুখ ধরে না। অনন্তর ঐ চাকা চাকা ওল তেঁতুল পাতার সহিত জলে সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে। সিদ্ধ হইলে জল ও পাতা ফেলিয়া দিয়া ঐ চাকাগুলি ছোট ছোট ডুম ডুম ধরণে কুটিয়া রাখিতে হইবে।

এ দিকে অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঐ সমুদায় ওল বাদামী ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে।

এখন পাক-পাত্রে আধ ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে রসুনকুচি ভাজিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। পরে পিয়াজ ও আদার রস এবং লঙ্কার গুঁড়া, তেজপাত এবং হরিদ্রা দিয়া নাড়িতে হইবে। নাড়িতে নাড়িতে উহার সুন্দর রঙ হইলে, তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত ওলগুলি ঢালিয়া দিয়া, আস্তে আস্তে নাড়িতে হইবে। এইরূপ নাড়িয়া চাড়িয়া লবণ ও জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের

(১) পিয়াজ ও রসুন ব্যবহারে—যাঁহাদিগের আপত্তি, তাঁহারা উহা পরিত্যাগ করিতে পারেন।

মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং দুই একবার ফুটিয়া জল মরিয়া আসিলে ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে ধনে, দারচিনি এবং এলাচের গুঁড়া দিয়া পুনর্ব্বার আস্তে আস্তে নাড়িতে হইবে। এই সময় ব্যঞ্জনের একপ্রকার উত্তম রঙ ও থকথকে ভাব এবং সুন্দর গন্ধ হইয়া আসিবে। এখন তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া লইলেই কাশ্মীরি ধরণে ওলের ডাঁল্লা রন্ধন হইল। উহার আস্বাদন ঠিক মাংসের ন্যায় হইবে।

গুঁড়ি কচুর দম।

আস্ত কচু (খোসা সমেত)	...	...	এক সের।
কাল জিরা	...	...	চারি আনা।
লঙ্কা	...	...	আট আনা।
ধনে	...	...	এক তোলা।
লবঙ্গ	...	...	দুই আনা।
আদার রস	...	...	দুই তোলা।
পিঁয়াজকুচি	...	...	দুই ছটাক।
তেজপাতা	...	...	আটখানি।
হরিদ্রা	...	...	আধ তোলা।
লবণ	...	...	তিন তোলা।
ঘৃত	...	...	আড়াই ছটাক।

প্রথমে জিরা, ধনে, লবঙ্গ এবং লঙ্কা অল্প গরম করিয়া থিচ-শূন্যভাবে গুঁড়া করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লও।

এদিকে কচুগুলি জলে সিদ্ধ করিয়া তাহার খোসা ছাড়াইয়া একটী পাত্রে রাখ। পরে একটী পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহা পাকাইয়া লও। এখন সেই ঘৃতে কচুগুলি অল্পপরিমাণে ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। অনন্তর ঐ ঘৃতে আদার রস ও পিঁয়াজের কুচি* হরিদ্রা

* পিঁয়াজ পরিত্যাগ করিয়াও রন্ধন হইতে পারে।

তেজপাত, ধনে, জিরে, লঙ্কা, লবণ এবং এলাচের গুঁড়া দিয়া নাড়িতে থাক। নাড়িতে নাড়িতে বেশ মিশিয়া সোণার ন্যায় রঙ হইলে তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত কচুগুলি ঢালিয়া ধীরে ধীরে নাড়।

এইরূপভাবে অল্পক্ষণ নাড়িলে সমুদয় মসলাদি কচুর সহিত লপেট গোছে মাখমাখ হইবে। অনন্তর তাহা নামাইয়া অল্প গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, সামান্য কচু ভোক্তাদিগের রসনায় কত আদরের সহিত স্থান পাইয়াছে। এদেশে কচু রাঁধিলে প্রায় তাহার লালবৎ অবস্থা পরিবর্ত্তন হয় না। কিন্তু লিখিত নিয়মে রন্ধন করিলে উহার সে অবস্থা থাকে না অথচ উপাদেয় হইয়া উঠে।

বৈদ্য-শাস্ত্র মতে কচুর গুণ (১) উষ্ণ, কফ, কাস, গলগণ্ডাদি-দোষনাশক।

কাঁঠালের বিচির বড়া।

কাঁঠালের বিচি বা আটি অত্যন্ত পুষ্টিকর। উহা যে কেবলমাত্র পুষ্টিকর তাহা নহে, সুস্বাদের জন্যও কাঁঠালের বিচির অত্যন্ত আদর। গোল-আলুর ন্যায় উহা দ্বারা অনেক প্রকার খাদ্য দ্রব্য পাক করা যাইতে পারে। কাঁঠালের বিচিতে জলীয় অংশ অল্প। যত্ন করিয়া রাখিতে পারিলে প্রায় এক বৎসর পর্য্যন্ত উহা খাদ্যের উপযুক্ত থাকে। সুপক্ক কাঁঠালের পুষ্ট বিচিগুলি জলে ধৌত করিয়া উত্তমরূপ শুষ্ক করিতে হয়। ঐ শুষ্ক বিচি হাঁড়ি বা কলসীর মধ্যে রাখিয়া উহার মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হয়। জলীয় বাতাস কিম্বা স্যাঁতা স্থানে রাখিলে উহা পচিয়া গিয়া থাকে।

বিচির উপর যে শাদা আবরণের একটী পাতলা ছাল থাকে, তাহা তুলিয়া ফেলিতে হয়। এখন সেই খোসা ছাড়ান বিচিগুলি জলের সঙ্গে সুসিদ্ধ করিয়া জল হইতে তুলিতে হইবে এবং উহা অল্প শীতল হইলে

---

(১) কটুত্বং উষ্ণত্বং কফকাসগলগণ্ডাদি দোষণাশিত্বং।
ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

তাহা চটকাইয়া তাহাতে পরিমাণ মত লবণ, জিরামরিচবাটা, আদাবাটা, গরমমসলাবাটা এবং ময়দা দিয়া বেশ করিয়া মাখিতে হইবে। ঐ সকল দ্রব্য এক সঙ্গে মিশিয়া শক্ত শক্ত কাদার ন্যায় হইয়া উঠিবে।

এদিকে একটী পাত্রে ঘৃত বা তৈল জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং পূর্ব্বোক্ত কাদার ন্যায় মাখা বিচি একএকটী বড়ার আকারে ঐ তৈলে দিয়া ভাজিতে হইবে। অল্প লাল্‌ছে রঙের হইলে তাহা তুলিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপ নিয়মে সমুদায় বড়া ভাজা হইলে তাহা উনানের নিকট গরম স্থানে রাখিলে ভাল হয়। কারণ বড়া প্রভৃতি যে কোন প্রকার ভাজি শুকাইয়া গেলে তত সুখাদ্য হয় না।

এই বড়ার একটী বিশেষ গুণ এই যে, উহা অতিশয় নরম অথচ মুচমুচে থাকে। এমন কি দন্ত-হীন বৃদ্ধ পর্য্যন্ত অনায়াসেই আহার করিতে সমর্থ হয়েন। দাইলের সঙ্গে কাঁঠালের বিচির বড়া অত্যন্ত সুখাদ্য। এই বড়া রাঁধিতে এত অল্প ব্যয় পড়ে যে, মনে করিলেই প্রত্যেক গৃহস্থই উহা প্রস্তুত করিয়া আস্বাদ জানিতে পারেন।

বৈদ্য-শাস্ত্র মতে কাঁঠালের বিচির গুণ (১)—রক্তপিত্ত-নাশক, স্বাদু, গুরু এবং রুচি-কারক। এতদ্ভিন্ন কাঁঠালের যে সকল গুণ বিচিতেও সেই সকল বর্ত্তমান।

মাংসের গুল-কাবাব।

মাংসের গুল-কাবাব পাক করিতে হইলে উহাতে আদৌ জল ব্যবহার হয় না। অথচ অত্যন্ত সুখাদ্য হইয়া থাকে। ভোক্তাগণ ইচ্ছা করিলে এই খাদ্য প্রস্তুত করিয়া আস্বাদ গ্রহণ করিতে পারেন।

(১) রক্ত-পিত্ত-নাশিত্বং স্বাদুত্বং গুরুত্বং রুচিকারিত্বং।
ইতি রাজবল্লভঃ।

উপকরণ ও পরিমাণ ॥

মাংস	...	...	...	এক সের
ঘৃত	...	...	...	আধ পোয়া।
পিয়াজবাটা	...	...	...	এক ছটাক।
আদাবাটা	...	...	...	এক তোলা।
লঙ্কাবাটা	...	...	...	এক তোলা।
দধি	...	...	...	আধ পোয়া।
লবণ	...	...	...	দুই তোলা।
ধনেবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
বড় এলাচ গুঁড়া		...	...	চারি আনা।
ছোট এলাছ গুঁড়া		...	...	দুই আনা।
দারুচিনি গুঁড়া		...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ গুঁড়া		...	...	তিন আনা।

হাড়-শূন্য কোমল মাংস লইয়া এরূপ ভাবে খুরিতে হইবে. তাহা যেন ঠিক কাদার মত হইয়া উঠে। অনন্তর তাহাতে দধি, আদাবাটা, পিয়াজবাটা, লঙ্কাবাটা এবং লবণ মাখিয়া খুব ফেটাইতে হইবে। ফেটাইতে ফেটাইতে উহা অত্যন্ত লপেট গোছের হইয়া আসিবে।

এখন একটী পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াও। এই সময় একটী কথা মনে করিয়া রাখা আবশ্যক। অল্প পরিমাণ ঘৃতে যে সকল দ্রব্যাদি ভাজিতে হইবে, ভাজিবার সময় যদি চেপ্টা আকারে কোন পাক-পাত্রে করিয়া ঘৃত জ্বালে চড়ান যায়, তাহা হইলে অল্প ঘৃতে ভাজিবার বেশ সুবিধা হয়। এজন্য অনেক স্থানেই তাওয়ার ব্যবহার হইয়া থাকে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ মসলা মিশ্রিত মাংস এক একটী বড়ার আকারে স্থাপন কর এবং তাহার উপর ধনে, এলাচ দারুচিনি (লবঙ্গের গুঁড়াও ঐ মাংসের উপর অল্প পরিমাণে) ছড়াইয়া দিতে হইবে, এইরূপে দুই পীঠ উল্টাইয়া মসলার গুঁড়া দিয়া ভাজিয়া লইতে হইবে। এই ভাজা মাংসের কাবাব গরম গরম আহারে বেশ সুখাদ্য ॥

কাবাব মির্জাফা।

এই কাবাব রন্ধনপ্রণালী অতি সহজ এবং যৎসামান্য ঘৃত ও মসলা লাগিয়া থাকে। এজন্য সকল অবস্থার লোকেই উহা রন্ধন করিতে সমর্থ। অল্প ব্যয়ে যদি কেহ মাংস আহারে ইচ্ছা করেন, তাহা হইলে মির্জাফা কাবাব পাক করুন। ইহাতে ঝোল আদৌ থাকে না।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
লঙ্কার গুঁড়া	...	...	...	এক তোলা।
লবণ	...	...	...	দুই তোলা।
আদার রস	...	...	...	এক ছটাক।
পিয়াজের রস	...	...	...	দুই ছটাক।

মাংসগুলিকে বড় বড় আকারে কুটিয়া লও এবং তাহাতে আদা ও পিয়াজের রস মাখাইয়া এক ঘণ্টা কাল ঢাকিয়া রাখ।

অনন্তর ঢাকনি খুলিয়া এক একখানি মাংস ছুরি দ্বারা ছিদ্র করিয়া তাহার মধ্যে লবণ পুরিয়া দেও। এইরূপে কতক পরিমাণ পুরিয়া অবশিষ্ট লবণ সমুদায় মাংসের গায়ে মাখাইয়া লও।

এখন এক একখানি মাংসখণ্ডে ঘৃত মাখাইয়া একটী শলাকায় বিদ্ধ করিয়া আগুণের উপর ঘুরাইতে হইবে, যেন এক স্থানে অধিক তাপ লাগিয়া পুড়িয়া না উঠে। যখন দেখা যাইবে, উহা অল্প অল্প লালচে রঙের ন্যায় হইয়াছে, তখন তাহা ঐ শলাকা হইতে খুলিয়া রাখ। এইরূপে সমুদায় মাংস অগ্নিপক্ক হইলে অবশিষ্ট ঘৃত একখানি চেতলা পাক-পাত্রে জ্বালে চড়াও এবং উহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে উহা ভাজিতে থাক। এই সময় লঙ্কার গুঁড়া উহার উপর ছড়াইয়া দিয়া ভাজিয়া নামাও এবং গরম থাকিতে থাকিতে আহার কর।

আদার মোরব্বা।

ত্বক রহিত আদা	এক সের।
পাথুরে চূণ	পাঁচ তোলা।
জামের পাতা ছেঁচা (কালজাম)	পাঁচ তোলা।
ছোট এলাচ চূর্ণ	আধ তোলা।
গোলাপজল	এক তোলা।
চিনির রস	এক সের।

ভাল রকম তাজা আদা বাছিয়া লইতে হইবে। কারণ উহা পচা কিম্বা অধিক দিনের হইলে মোরব্বার আস্বাদন ভাল হয় না। খোসা ছাড়ান আদাগুলি একটী শলাকা দ্বারা সর্ব্বাঙ্গ ছিদ্র করিতে হইবে। অনন্তর একটী হাঁড়িতে জলে চূণ গুলিয়া তাহাতে ঐ আদা ঢালিয়া দিয়া তিন দিন পর্য্যন্ত ভিজাইয়া রাখিতে হইবে। চারিদিনের দিন ঐ আদা সমূহ চূণের জল হইতে তুলিয়া পরিষ্কৃত শীতল জলে চারি পাঁচবার বেশ করিয়া ধুইয়া ফেলিতে হইবে।

এখন কুট্টিত জামের পাতা দুইসের জলের সহিত মিশ্রিত করিয়া তাহাতে ঐ ধৌত আদাগুলি দিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং দুইবার উথলিয়া উঠিলেই উহা নামাইয়া জল হইতে আদা তুলিয়া ও পুনর্ব্বার পরিষ্কৃত শীতল জলে ছয় সাতবার ধৌত করিতে হইবে। পরিষ্কৃত ধৌত আদাগুলি একটী পাত্রে রাখিয়া অপর আর একটী পাক-পাত্রে একতার বন্দ চিনির রস জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং তাহা ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে আদাগুলি ঢালিয়া দিয়া আস্তে আস্তে নাড়িয়া দিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা গাঢ় অর্থাৎ ঘন হইয়া আসিবে। এই সময় উহা উনান হইতে নামাইয়া তাহাতে গোলাপজল ও এলাচ-চূর্ণ মিশ্রিত করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপ নিয়মে প্রস্তুত করা আদাকে আদার মোরব্বা কহিয়া থাকে।

আদার মোরব্বা অত্যন্ত উপকারী। অনেক প্রকার রোগে উহা ঔষধ

ও পথ্যরূপে চিকিৎসকেরা ব্যবস্থা করিয়া থাকেন। ভোজনের পূর্ব্বে লবণ সংযুক্ত আর্দ্রক আহার করিলে বিস্তর উপকার হইয়া থাকে। কারণ তাহাতে অগ্নি সন্দীপিত হয়, আহারে রুচি জন্মে এবং জিহ্বা ও কণ্ঠ বিশোধিত হয়। (১) কুষ্ঠ, পাণ্ডু, কৃচ্ছ্র, রক্তপিত্ত, ব্রণ, জ্বর ও দাহ প্রভৃতি রোগে এবং গ্রীষ্ম ও শরৎকালে আর্দ্রক ভক্ষণে অত্যন্ত উপকার।

বৈদ্য-শাস্ত্রমতে আদার গুণ ভেদী, গুরু, তীক্ষ্ণ, উষ্ণ, দীপন, রুক্ষ, বাতঘ্ন এবং কফ-নাশক।

শৃঙ্গবের, কটুভদ্র এবং অর্দ্রিকা এই তিনটী আর্দ্রকের নাম।

আনারসের চাইনিস্ চাট্‌নী।

চিন-বাসীরা ইন্দুর, ব্যাঙ এবং আরসলা পর্য্যন্ত আহার করিয়া থাকে বলিয়া অনেকেই মনে করিতে পারেন, উহাদিগের মধ্যে কোন প্রকার সুখাদ্য রন্ধন প্রথা প্রচলিত নাই। কারণ যাহাদিগের এরূপ জঘন্য রুচি, তাহাদিগের খাদ্য আবার সভ্যসমাজের অনুকরণ-যোগ্য কি? কিন্তু যাঁহারা একবার চীনবাসীদিগের আনারসের চাট্‌নী বা অম্ল আহার করিয়াছেন, তাঁহারা বুঝিতে পারেন, উহা কেমন লোভ-জনক।

---

(১) ভোজনাগ্রে সদা পথ্যং লবণার্দ্রক ভক্ষণম্।
অগ্নি সন্দীপনং রুচ্যং জিহ্বা কণ্ঠ বিশোধনম্॥
কুষ্ট পাণ্ডবাময়ে কৃচ্ছ্রে, রক্তপিত্তে ব্রণে জ্বরে।
দাহে নিদাঘে শরদোর্নৈব পূজিতমার্দ্রকম্॥
আর্দ্রিকা ভেদিনী গুর্ব্বী তক্ষোষ্ণদীপনী তথা॥
আর্দ্রিকং শৃঙ্গবেরং স্যাৎ কটুভদ্রং তথার্দ্রিকা।

ইতি ভাবপ্রকাশঃ।

উপকরণ ও পরিমাণ।

আনারস - কুটা	...	...	...	এক সের।
কলি চুণ	...	...	...	এক তোলা।
হরিদ্রাবাটা	...	...	...	এক তোলা।
লেবুর রস	...	...	...	এক ছটাক।
কিস্‌মিস্ (১)	...	...	...	দুই ছটাক।
চিনি	...	...	...	আধ পোয়া।
সরিষা (গোটা)	...	...	...	এক আনা।
সরিষাবাটা	...	...	...	তিন তোলা।
ছোট এলাচের দানা		...	...	এক আনা।
ঘৃত	...	...	...	আধ ছটাক।

আনারসের মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন জাতি আছে। সকল প্রকার আনারস সমান সুখাদ্য নহে। এজন্য ভাল সুস্বাদবিশিষ্ট আনারস লইয়া তাহার ছাল ছাড়াইতে হইবে। ছাল ছাড়ান হইলে উহার চোকগুলি তুলিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে এবং তাহা কুটিয়া লইয়া উহাতে চুণ মাখাইয়া বেশ করিয়া ধুইয়া ফেলিতে হইবে। চুণ ধৌত হইলে তাহাতে লবণ মাখাইয়া আবার ধুইয়া লইতে হইবে। পরে তাহাতে হরিদ্রাবাটা মাখাইয়া পুনর্ব্বার ধুইয়া লওয়া আবশ্যক।

এখন একটী হাঁড়িতে জল দিয়া উহা জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা ফুটিয়া উঠিলে, তাহাতে আনারসগুলি ঢালিয়া দিয়া হাঁড়িটীর মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। এখন তাহাতে সরিষাবাটা, চিনি, লবণ কিস্‌মিস্ এবং লেবুর রস ঢালিয়া দিয়া এক ফুটের পর নামাইয়া হাঁড়িটী বেশ পরিষ্কার করিতে হইবে এবং তাহা পুনর্ব্বার জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঘৃত দিয়া

(১) উহার অভাবেও হইতে পারে, তবে কিস্‌মিস্ দিলে অধিক সুখাদ্য হইয়া থাকে।

গরম করিয়া উহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে এলাচের দানা এবং গোটা সরিষা দিয়া হাঁড়ির মুখ একবার ঢাকিয়া দেও। যখন সমুদায় সরিষার চুড়্ চুড়্ শব্দ বন্ধ হইয়া আসিবে, তখন ঢাকনি খুলিয়াই হাঁড়িতে সমুদায় আনারস ঝোল সমেত ঢালিয়া দিয়াই পুনর্ব্বার মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং একবার ফুটিয়া উঠিলে ঢাকনি খুলিয়া কাটি দিয়া একবার নাড়িয়া দিয়া অল্পক্ষণ জ্বালে রাখিয়া নামাইয়া লইলেই চাইনিস্ চাট্‌নী প্রস্তুত হইল। উহা কি প্রকার সুখাদ্য এবং রসনার তৃপ্তিকর; পাঠকবর্গ মনে করিলে তাহা অনায়াসেই পরীক্ষা করিয়া দেখিতে পারেন।

কদম ফুলের অম্ল।

কদম ফুলের যে এক প্রকার মুখ-প্রিয় অম্ল প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা অনেকেই অবগত নহেন। এদেশে যেরূপ প্রচুর কদম ফুল জন্মিয়া থাকে, তদ্দ্বারা অম্ল রাঁধিবার নিয়ম জানা থাকিলে, উহা আর কেহ অযত্ন করিয়া ফেলিয়া দিবেন না। কদমের কাঁচ ফুলে ভাল রকম অম্লরসের সঞ্চার হয় না, উহা সুপক্ক ফুল হইলেই অত্যন্ত সুখাদ্য মুখ-প্রিয় অম্ল প্রস্তুত হইয়া থাকে। এজন্য সুপক্ক ফুল বাছিয়া অম্ল রাঁধা উচিত। যে নিয়মে উহা দ্বারা অম্ল রাঁধিতে হয়, তাহার বিবরণ লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কদম ফুল (আস্ত ফুলটী)		...	...	এক সের।
সরিষাবাটা	...	...	...	দুই তোলা।
সরিষা গোটা	...	...	...	চারি আনা।
মেতি	...	...	...	দুই আনা।
হরিদ্রা	...	...	...	অর্দ্ধ তোলা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।
ঘৃত বা তৈল	...	...	...	এক ছটাক।
জল	...	...	...	তিন পোয়া।

প্রথমে একটী পাক-পাত্রে ঘৃত বা তৈল চড়াইয়া পাকিয়া আসিলে তাহাতে সরিষা ও মেতি ফোড়ন দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং সমুদায় সরিষার চুড়্ চুড়্ শব্দ শেষ হইলে ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে কদম ফুলগুলি (ধুইয়া জল ঝরাইয়া) ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে চাড়িতে হইবে। অল্প ভাজা ভাজা হইলে তাহাতে হরিদ্রা, লবণ এবং জল ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। দুই একবার ফুটিয়া উঠিলে, ইচ্ছা হয় যদি তাহাতে ভাজা মাছ কিম্বা বড়ি দিয়া আর একবার ঢাকিয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা বেশ সুসিদ্ধ হইয়া জল মরিয়া গাঢ় আকারে উপস্থিত হইয়াছে। তখন তাহা নামাইতে হইবে। এই সময় অনেকে আবার সরিষা বাটাতে অল্প পরিমাণ তৈল দিয়া, বেশ করিয়া ফোটাইয়া ঐ অম্লে ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখেন এবং উহা ঠাণ্ডা হইয়া আসিলে তাহা আহার করিয়া থাকেন। এইরূপ সরিষাবাটা অম্লে দিয়া আহার করিলে ঐ অম্ল ঠিক কাসুন্দির অম্লের ন্যায় মুখ-প্রিয় বোধ হয়।

সেমুই।

সেমুই বা সেমাই মুসলমানদিগের বড় আদরের খাদ্য। বিশেষতঃ ইদ ও বক্‌রিদের পর্ব্বাহে এই খাদ্য প্রায়ই অধিকাংশ মুসলমানের গৃহে প্রস্তুত হইয়া থাকে। যদিও উহা মুসলমানদিগের খাদ্য কিন্তু যে যে উপকরণে এবং যে নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয়, তাহাতে কোন হিন্দুর নিকটেই উহা অপবিত্র বলিয়া গণ্য হইতে পারে না বরং দেব-সেবায় পর্য্যন্ত ব্যবহার করিতে পারা যায়। সেমাই সুজি, চিনি এবং ঘৃত দ্বারা পাক করিয়া আহার করিতে হয়। এদেশ অপেক্ষায় লক্ষ্ণৌয়ে উহা উৎকৃষ্টরূপে প্রস্তুত হয়া থাকে। তজ্জন্য সময়ে সময়ে কলিকাতার বাজারে উহা বিক্রয় নিমিত্ত আনীত হইতে দেখা যায়।

সেমুই এক প্রকার মিষ্ট খাদ্য। রুটী কিম্বা লুচির ময়দা মাখার ন্যায় সুজি জলে মাখিয়া লইতে হয়। উহা ভালরূপ ঠাসিয়া লওয়া আবশ্যক। পরে সেই মাখা সুজির একটী তাল করিয়া তাহা হইতে অল্প পরিমাণ সুজি লইয়া আঙুলে করিয়া চটকাইতে হয়। উত্তমরূপ চটকান হইলে, তাহা দুহাতে করিয়া ক্রমাগত পাকাইতে হয়। পাকাইতে পাকাইতে তাহা সরু সূতার ন্যায় লম্বাভাবে কোন পাত্রের উপর বক্রাকারে রাখিতে হয়। অনেক সময় ও বহু পরিশ্রম করিয়া অল্প পরিমাণ সেমুই তৈয়ার হইয়া থাকে। এজন্য লক্ষ্ণৌ প্রভৃতি অনেক স্থানে উহা প্রস্তুত করিবার নিমিত্ত এক প্রকার কল আছে। কলে অল্প সময়ে অধিক পরিমাণ প্রস্তুত হয়। আর একটী সুবিধা এই যে কলে অত্যন্ত মিহি এমন কি চুলের ন্যায় সরু করিতেও পারা যায়। উহা যত সরু হয়, ততই প্রশংসা।

সেমুই প্রস্তুত হইলে তাহা রৌদ্রে শুকাইয়া লইতে হয়। এই শুষ্ক সেমাই অনেক দিন পর্য্যন্ত রাখিয়া খাদ্যে ব্যবহার হইতে পারে। কিন্তু টাট্‌কা হইলেই ভাল হয়।

সেমাই দুই তিন প্রকার নিয়মে পাক করিবার ব্যবস্থা দেখা যায়। প্রথম নিয়ম—পূর্ব্ব প্রস্তুত সেমাই ছোট ছোট করিয়া একখানি পাতলা রুমাল বা নেকড়ায় ঢিলা করিয়া বাঁধিয়া ফুটন্ত জলে একবার ডুবাইয়া তুলিতে লয়। উহা অধিক সরু আকারে হইলে ঐরূপভাবে একবার করিয়াই পুঁটুলিটী খুলিয়া সেমাইগুলি একটী চেতলা পাত্রে ছড়াইয়া, বাতাসে শুকাইয়া লইতে হয়।

উহা শুষ্ক হইলে পরিমাণ অনুসারে ছোট বা বড় রকমের বাটী বা তদ্‌সদৃশ কোন পাত্রে তুলিয়া তাহাতে ঘৃত ও চিনি ছড়াইয়া দিয়া আস্তে আস্তে একবার মাখাইয়া লইলেই প্রথম প্রকারের সেমাই প্রস্তুত হইল। এই সময় কেহ কেহ আবার তাহাতে ছোট এলাচের দানা গুঁড়াইয়াও দিয়া থাকে। সচরাচর এক সের সেমাইয়ে আধ সের চিনি, এক পোয়া হইতে দেড় পোয়া পর্য্যন্ত ঘৃত ব্যবহার করিতে দেখা যায়।

মুসলমানগণ কুটুম্ব গৃহে তত্ত্ব করিতে কিম্বা হঠাৎ কোন ভদ্রলোক

উপস্থিত হইলে এই সহজ নিয়মে প্রস্তুত করিয়া থাকেন। রুমালে বাঁধিয়া সিদ্ধ করা হয় বলিয়া কোন কোন স্থানে উহাকে রুমালি সেমাই বলিয়া থাকে।

দ্বিতীয় প্রকার - পায়স রন্ধনের ন্যায়। এক সের সেমাই হইলে দুই সের দুগ্ধ জ্বালে মারিয়া দেড় সের করিতে হয়। অনন্তর তাহাতে সুজির প্রস্তুত করা সেমাইগুলি ঢালিয়া দিয়া মধ্যে মধ্যে সরু কাটি বা খুন্তি দ্বারা নাড়িতে হয় এবং দুই একবার ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে তিন পোয়া পরিষ্কার চিনি দিতে হয়। দুগ্ধ যদি নির্জলা হয় তাহা হইলে সের করা আধ পোয়া চিনি দিলেও চলিতে পারে। উচ্চ শ্রেণীর ভোক্তাগণ এই সময় আবার বাদাম, পেস্তা, কিসমিস্ দিয়া থাকেন, কিন্তু সচরাচর ঐ সকল ব্যবহার করিতে দেখা যয়া না। জ্বালে উহা ফুটিয়া গাঢ় হইয়া আসিলে তাহা নামাইয়া লইতে হয়। এই সময় অনেকে ছোট এলাচের দানা গুঁড়া করিয়া দিয়া উহার আস্বাদন বৃদ্ধি করিয়াও থাকেন। একবিন্দু গোলাপী আতর দিলে আর উপাদেয় হইবার কথা।

তৃতীয় প্রকার —সেমাই প্রস্তুত করিতে হইলে উহা কেবলমাত্র চিনির রসে পাক করিতে হয়।

আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, সেমাই পাক করিবার পূর্ব্বে অল্প পরিমাণে ঘৃতে ভাজিয়া লইলে সমধিক সুখাদ্য হইয়া থাকে।

শাদা পোলাও।

পোলাও রন্ধনের নিয়ম যে একরূপ নহে তাহা পূর্ব্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে। ভোক্তাগণের রুচি অনুসারে নানা প্রণালীতে উহা রন্ধন হইয়া থাকে। আস্বাদনের বিভিন্নতা অনুসারে উহার বর্ণেরও বিভিন্নতা দেখিতে পাওয়া যায়। জরদা, শাদা প্রভৃতি পোলাওয়ের অনেক প্রকার রঙ হইয়া থাকে। এত প্রকার পোলাও আছে যে, তদ্সমুদয় এক সঙ্গে লিখিতে হইলে স্বতন্ত্র একখানি বৃহৎ পুস্তক হইয়া উঠে। সে যাহা হউক,

আমরা মধ্যে মধ্যে পাঠক ও পাঠিকাগণের রসনার তৃপ্তির জন্য নূতন নূতন পোলাওয়ের বিবরণ প্রকাশ করিব। যে নিয়মে শাদা পোলাও পাক করিতে হয়, এস্থলে তাহাই লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	...	...	...	এক সের।
চাউল	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	আধ সের।
গোটা লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
গোটা এলাচ	...	...	...	দুই আনা।
দারুচিনি	...	...	...	দুই আনা।
দধি	...	...	...	দেড় পোয়া।
মরিচ	...	...	...	চারি আনা।
পিঁয়াজ (১)	...	...	...	এক পোয়া।
আদা	...	...	...	দেড় তোলা।
ধনে	...	...	...	দেড় তোলা।
কালজিরা	...	...	...	দুই আনা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।
জল	...	...	...	তিন সের।

একটী পুঁটলীতে গোটাধনে, আদা, পিঁয়াজ, বাঁধিয়া হাঁড়ি কিম্বা ডেক্‌চিতে জলের সহিত জ্বাল দিতে হইবে। এই সময় ঐ জলে সমুদায় লবণ এবং মাংসও দেওয়া আবশ্যক। মাংস পুঁটলীতে না বাঁধিয়া জলের উপর ঢালিয়া দিলেই চলিতে পারে। অন্যান্য পোলাওয়ের রন্ধন সময়ে যে নিয়মে আখ্‌নির জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়, এই জলও সেই নিয়মে পাক করিয়া অর্দ্ধ সের থাকিতে নামাইয়া লইয়া মাংস এবং আখ্‌নির জল এক ছটাক ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া লইতে হইবে।

(১) ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করা যাইতে পারে।

এদিকে পোলাওয়ের উপযুক্ত ভাল রকম চাউল পরিষ্কৃত করিয়া অন্ন রাঁধিবার নিয়মানুসারে অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে।

পূর্ব্বে যে আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে। এখন সেই আখ্‌নি হইতে মাংস পৃথক করিয়া লইয়া দধিতে দুই ছটাক পরিমাণ ঐ জল মিশাইয়া তাহা মাংসে মাখিতে হইবে। অনন্তর জিরা ব্যতীত সমুদায় অখণ্ড মসলাগুলি ঐ মাংসে ছড়াইয়া দিয়া মৃদু তাপ দিতে হইবে। রস মরিয়া আসিলে তাহাতে জিরা ছড়াইয়া দিয়া উনান হইতে নামাইয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

পূর্ব্বে যে অর্দ্ধ-পক্ক অন্নের কথা বলা হইয়াছে, তাহা মাংস সাজান হাঁড়িতে সাজাইয়া তাহার উপর সমুদায় ঘৃত ও অবশিষ্ট আখ্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া রস শুষ্ক না হওয়া পর্য্যন্ত তপ্ত অঙ্গারের উপর দমে রাখিয়া নামাইয়া লইলেই শাদা পোলাও প্রস্তুত হইল। এই পোলাওয়ে জাফরাণ কিম্বা হরিদ্রা আদৌ ব্যবহার হয় না।

ডিমের নেপালী কাবাব।

মাংসের কাবাবের ন্যায় ডিমের নানাপ্রকার সুখাদ্য কাবাব প্রস্তুত হইয়া থাকে। একবার আহার করিলে উহা আর ভোলা যায় না। এরূপ সুখাদ্য দ্রব্যের পাকের নিয়ম জানা থাকিলে ইচ্ছামত প্রস্তুত করিয়া আহার করিতে পারা যায়। যে প্রণালী অনুসারে উহা পাক করিতে হয়, নিম্নে তাহার বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ডিম	...	...	...	দশটা।
হাড়শূন্য মাংস	...	...	...	এক পোয়া।
ঘৃত	...	...	...	দেড় ছটাক।
ছোট এলাচ বাটা	...	...	...	দুই আনা।
দারুচিনি বাটা	...	...	...	এক আনা।
লবঙ্গ বাটা	...	...	...	দুই আনা।

মরিচ বাটা	...	...	...	চারি আনা।
বাদাম বাটা	...	...	...	এক তোলা।
পিঁয়াজ বাটা (১)	...	...	...	এক তোলা।
আদা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	এক তোলা।
দধি	...	...	...	আধ পোয়া।
ময়দা	...	...	...	দুই তোলা।
লবণ	...	...	...	দেড় তোলা।

প্রথমে ডিমগুলি বেশ করিয়া পরিষ্কৃত জলে ধুইয়া লও। পরে তাহাতে একটী ছিদ্র করিয়া ভিতরের সমুদায় তরল পদার্থ একটী পাত্রে রাখ। এখন ধনে, আদা, বাদামবাটা ও পেঁয়াজ ব্যতীত অৰ্দ্ধেক লবণ ও সমুদায় বাটা মসলা অৰ্দ্ধেক তাহাতে উত্তমরূপ মিশাও। সমুদায় মিশ্রিত হইলে, তাহা ঐ ডিমের খোলাতে পূৰ্ব্বকৃত ছিদ্র পথে পূর্ণ কর। এইরূপে সমুদায় ডিম পূর্ণ হইলে, সেই ছিদ্র ময়দার আঠা দ্বারা বন্ধ করিয়া গরমজলে সিদ্ধ কর। উহা সুসিদ্ধ হইলে, জ্বাল হইতে নামাইয়া খোলা ভাঙিয়া এক একটী ডিম পৃথক করিয়া রাখ। মসলা মিশ্রিত ডিমের তরলাংশ খোলার ভিতর পূরিলে যাহা উদ্ধৃত্ত হইবে, তদ্দ্বারা বড়া ভাজিয়া লইলে চলিতে পারে। এখন ঐ ডিম এক একটী করিয়া শলায় বিদ্ধ করিয়া তাহার সৰ্ব্বাঙ্গ ছিদ্র কর।

এদিকে মাংসগুলি থুরিয়া অবশিষ্ট মসলা মাখাইয়া ও অৰ্দ্ধেক ঘৃতে কালিয়া রাঁধার নিয়মানুসারে পাক করিয়া, তাহা একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় নিংড়াইয়া লও। এখন ঐ গাঢ় ঝোলে দধি, বাদামবাটা এবং আধতোলা ময়দা মিশাইয়া লও। এইরূপে সমুদায় মিশান হইলে, একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃতের অৰ্দ্ধেক দিয়া লবঙ্গ ফোড়ন দ্বারা উহা সাঁতলাইয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর রাখ। অনন্তর পূৰ্ব্ব

(১) ত্যাগ করিলেও চলিতে পারে।

প্রস্তুত শলাকাবিদ্ধ ডিম্ব তপ্ত অঙ্গারের উপর ঘুরাইতে পাক এবং মধ্যে মধ্যে অবশিষ্ট ঘৃত ও ঝোল মাখাইয়া তপ্ত কর। এইরূপে ক্রমে ক্রমে সমুদায় ঘৃত ও ঝোল খাওয়ান হইলে নামাইয়া লও। অল্প গরম থাকিতে থাকিতে উহা আহার করিয়া দেখ, তোমার রসনায় উহার কেমন আদর !

আনারসের পোলাও।

প্রিয় পাঠক ও পাঠিকাগণ ! একবার এই আনারসের পোলাও রন্ধন করিয়া পরীক্ষা কর, দেখিবে উহা কত মধুর এবং রসনার কেমন উপাদেয়। এমন উৎকৃষ্ট পলান্ন রন্ধন প্রণালী শিক্ষা করা সকলেরই পক্ষে কর্ত্তব্য। যেরূপ নিয়মে আনারসের পোলাও রাঁধিতে হয়, তাহার বিবরণ লিখিত হইতেছে।

উপকরণ পরিমাণ।

মাংস	এক সের।
চাউল	এক সের।
আনারস	দেড় সের।
ঘৃত	দেড় পোয়া।
চিনি	আধ সের।
পাতিলেবুর রস	এক পোয়া।
দারুচিনি (গোটা)	চারি আনা।
লবঙ্গ (গোটা)	চারি আনা।
ছোট এলাচের দানা	চারি তোলা।
আদা ছেঁচা	তিন তোলা।
ধনে ছেঁচা	তিন তোলা।
লবণ	চারি তোলা।
কাল জিরা	এক তোলা।
জল	চারি সের।

প্রথমে একটী হাঁড়িতে ধনে, আদা, লবণ তিন তোলা এবং মাংস দিয়া

জলে সিদ্ধ করিতে হইবে এবং ঐ জলে যে আখ্‌নি বা যুষ প্রস্তুত হইবে, তাহা এক সের থাকিতে নামাইয়া একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় ছাঁকিয়া লইয়া সিটেগুলি ফেলিয়া দিয়া অর্দ্ধ ছটাক ঘৃতে কালজিরা ফোড়ন দিয়া ঐ আখ্‌নি মাংসের সহিত সাঁতলাইতে হইবে। সাঁতলান হইলে তাহা উনান হইতে নামাইয়া একটী স্বতন্ত্র পাত্রে মাংস ও আখ্‌নি পৃথক করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

এদিকে আনারসের ছাল ও চোক বাদ দিয়া খণ্ড খণ্ড আকারে তাহা কুটিয়া অবশিষ্ট লবণ মাখাইয়া বেশ করিয়া শীতল জলে ধুইয়া রাখিতে হইবে। এক্ষণে একটী সরু শলাকা দ্বারা তাহার গায়ে ছিদ্র করিতে হইবে। এখন একটী হাঁড়িতে পূর্ব্ব রক্ষিত আখ্‌নির জল ও এক সের কুটা আনারস দিয়া জ্বালে বসাইতে হইবে এবং অর্দ্ধ সের থাকিতে নামাইয়া আনারস ও জল পৃথক করিতে হইবে।

এখন ঐ জলে লেবুর রস ও চিনি দিয়া পানক প্রস্তুত করিতে হইবে। পানকের অর্দ্ধেক পৃথকভাবে স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিয়া অপরার্দ্ধে পূর্ব্ব রক্ষিত আধ সের আনারস দিয়া মৃদু জ্বাল দিতে হইবে এবং জল মরিয়া গামাখা গোছের হইলে তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

এইরূপে সমুদায় প্রস্তুত করা হইলে, পাক-পাত্রে অবশিষ্ট কালজিরা ছড়াইয়া তাহার উপর গোটা লবঙ্গ প্রভৃতি সমুদায় গন্ধ-মসলাগুলি ও মাংস সাজাইতে হইবে। সাজান হইলে পূর্ব্বরক্ষিত সিদ্ধ করা আনারসগুলি নিংড়াইয়া তাহার রস দিয়া মৃদু তাপ দিবে, অনন্তর রস শুষ্ক হইয়া আসিলে পোলাওয়ের উপযুক্ত পুরাতন চাউল জলে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া তাহার মাড় গালিয়া ঐ অন্ন, পূর্ব্ব প্রস্তুত মাংস সাজান হাঁড়িতে সাজাইয়া তাহার উপর আখ্‌নির জল ও ঘৃত দিয়া দমে বসাইতে হইবে। আধ ঘণ্টা পরে উহা নামাইয়া লইতে হইবে। পরিবেশন কালে পূর্ব্বরক্ষিত অবশিষ্ট অর্দ্ধ সের আনারস পোলাওয়ে ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই উহা প্রস্তুত হইল। এখন ভোক্তাগণ উহা আহার করিয়া দেখুন, আনারসের পোলাওয়ের নামে তাঁহার রসনা লোলুপ হইবে কি না।

মৎস্যের পুরী।

মাছের লুচির কথা পাঠ করিয়া অনেকে হয় ত হাস্য করিবেন, কিন্তু একবার উহা প্রস্তুত করিয়া আহার করিয়া দেখুন, তাহা হইলেই বুঝিতে পারিবেন, উহা কিরূপ খাদ্য। মৎস্যের লুচি প্রস্তুত করা কিছু কঠিন নহে। ইচ্ছা করিলে সকল গৃহস্থই উহা প্রস্তুত করিতে পারেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	..	...	দুই সের।
মৎস্য	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক সের।
দধি	...	...	...	দুই ছটাক।
বাদামের কুচি ভাজা	...	...	...	দুই ছটাক।
ভাজা ধনের চূর্ণ	...	...	...	চারি তোলা।
আদা বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
গন্ধ-দ্রব্য চূর্ণ	...	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
চিনি	...	...	..	দুই তোলা।
জাফরাণ বাটা	...	...	...	দুই আনা।
লবণ	...	...	...	দুই তোলা।

প্রথমে পাকা রুই, মৃগেল কিম্বা কাতলা মাছের মাথা ও লেজা বাদ দিয়া আঁইস ছাড়াইয়া তাহার পেটের ময়লা সকল বাহির করিতে হইবে। অনন্তর ঐ মৎস্যটীকে বালুকা যন্ত্রে পাক করিতে হইবে। বালুকা যন্ত্রে কিরূপে পাক করিতে হয়, তাহা এস্থলে শিখা আবশ্যক। একটী হাঁড়িতে বালুকা পূর্ণ করিয়া যে দ্রব্য তাহাতে পাক করিতে হইবে, তাহার সর্ব্বাঙ্গে এক আঙুল পুরু করিয়া মাটী লেপিতে হইবে। অনন্তর তাহা ঐ বালুকার মধ্যে পুরিয়া সেই হাঁড়িতে জ্বাল দিতে হয়, জ্বালে ঐ প্রলেপ লালবর্ণ হইলে তাহা তুলিয়া ঐ প্রলেপ ফেলিয়া দিলেই বালুকা যন্ত্রে

পাক করা হইল। এখন লিখিত পরিমাণ মৎস্যের চারিধারে মাটীর লেপ দিয়া বালুকা যন্ত্রে পাক করিয়া লইতে হইবে। উহা সুপক্ক হইলে মাটীর লেপ তুলিয়া তপ্ত জলে তাহা বেশ করিয়া ধুইয়া লইতে হইবে। এখন ঐ মাছের সমুদায় কাঁটা বাছিয়া ফেলিয়া তাহাতে ঘৃতে ভাজা বাদামের কুচি, ধনের গুঁড়, আদাবাটা, গন্ধ দ্রব্যের গুঁড়, লবণ, চিনি ও জাফরাণ অৰ্দ্ধেক দধি দিয়া উত্তমরূপ দলিতে হইবে এবং যখন দেখা যাইবে, সমুদায় উত্তমরূপ মিশ্রিত হইয়াছে, তখন একছটাক ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া তাহা সাঁতলাইয়া নামাইয়া রাখিতে হইবে।

এদিকে সমুদায় ময়দা তিন ছটাক ঘৃতে ময়ান দিয়া উত্তমরূপে দলিতে হইবে। পরে তাহাতে অবশিষ্ট দধি দিয়া পুনর্ব্বার খুব ঠাসিতে হইবে। অনন্তর তাহাতে আবশ্যক মত গরম জল দিয়া লুচির ময়দা মাখার ন্যায় দলিয়া প্রস্তুত করিতে হইবে। এখন এই ময়দায় এক একটী ঠুসি প্রস্তুত করিয়া তাহার মধ্যে উক্ত মাছের পুর দিয়া উহার মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে এবং যেরূপ নিয়মে লুচি তৈয়ার করিয়া ঘৃতে ভাজিতে হয়, সেইরূপ নিয়মে তাহা ভাজিয়া লও। ঈষৎ গরম গরম এই লুচি খাইতে ভাল। মৎস্য-প্রিয় ব্যক্তিগণ একবার উহা প্রস্তুত করেন, ইহা আমাদের অনুরোধ।

দয়ের পুরী।

ময়দা	এক সের।
ঘৃত	দশ ছটাক।
বাঁধা দধি	সাড়ে তিনছটাক।

প্রথমে ময়দায় সাড়েসাত তোলা ঘৃত উত্তমরূপ মাখাইয়া লইতে হইবে, পরে তাহাতে দধি দিয়া পুনর্ব্বার মৰ্দ্দন করিতে হইবে। আবার সাড়েসাত তোলা ঘৃত দিয়া খুব করিয়া ঠাসিতে হইবে। এইরূপ মৰ্দ্দনের পর আবশ্যক মত গরম জলের ছিটা দিয়া ময়দা দলিতে হইবে। এক্ষণে পূর্ব্বের ন্যায় উত্তম দলন হইলে তদ্দ্বারা পুরী প্রস্তুত করিয়া ভাজিয়া লইলে দয়ের পুরী প্রস্তুত হইল। নিরামিষ-ভোজীদিগের পক্ষে এই পুরী অত্যন্ত আদরের।

সিন্দুদেশের রুটী।

আমরা সচরাচর যে নিয়মে রুটি প্রস্তুত করিয়া থাকি, এই রুটি প্রস্তুত প্রণালী তাহা হইতে সম্পূর্ণ বিভিন্ন। এই রুটি খাইতে অতি উপাদেয়। আহার-প্রিয় ব্যক্তিদিগের নিকট সিন্দুদেশের রুটি যার-পর-নাই আদরের। আমাদের দেশ অপেক্ষা পশ্চিম প্রদেশে অতি উৎকৃষ্ট রুটি প্রস্তুত হইয়া থাকে। কারণ তথায় রুটি এক-প্রকার নিত্য খাদ্য সুতরাং নানা উপায়ে উহার পারিপাট্য সাধিত হইয়াছে। আমরা ইচ্ছা করি উত্তর পশ্চিম প্রদেশের ন্যায় এদেশেও রুটি প্রস্তুত সম্বন্ধে উন্নতি হয়। এজন্য আমাদের বিশেষ অনুরোধ বঙ্গ মহিলারা এই প্রকার রুটি প্রস্তুত করিতে শিক্ষা করিয়া আত্মীয় স্বজনের ভোজন-সুখ বৃদ্ধি করেন। যেরূপ নিয়মে সিন্দুপ্রদেশে এই রুটি প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহাই এই প্রস্তাবে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	...	...	এক সের।
ধৌত মাষকলাইয়ের দাউল		...	...	এক পোয়া।
ঘৃত	...	...	...	দেড় পোয়া।
দধি	...	...	...	আধ পোয়া।
দারুচিনি	...	...	...	এক আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	এক আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	এক আনা।
আদা বাটা	...	...	...	দেড় তোলা।
গোলমরিচের গুঁড়া ...		...	...	এক আনা।
লবণ	...	...	...	দেড় তোলা।

খোসা ছাড়ান ধৌত দাউল একটী হাঁড়িতে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে। পরে দাউলের সমুদায় জল ফেলিয়া দিতে হইবে। জল ফেলিয়া দিয়া উপযুক্ত ঘৃতে ঐ অর্দ্ধসিদ্ধ দাউলগুলি আধভাজা করিতে হইবে। এখন সেই দাউল একখানি পাতলা পরিষ্কৃত নেকড়ায় ঢিলা করিয়া পুঁটলী বাঁধিয়া রাখিতে হইবে। পরে একটী হাঁড়িতে আধ হাঁড়ি জল দিয়া তাহা

জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উক্ত পুঁটলীটী ঐ হাঁড়ির মধ্যে এরূপ ভাবে ঝুলাইয়া বাঁধিতে লইবে যেন জল হইতে চারি পাঁচ আঙুল উপরে উহা ঝুলিতে থাকে। লিখিত নিয়মে পুঁটলী বাঁধা হইলে একখনি সরা বা অন্য কোন পাত্র দ্বারা হাঁড়িটীর মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। এইরূপ নিয়মে খানিকক্ষণ জ্বাল পাইলে জলের বাষ্পে (ভাবে) দাউল সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। তখন তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

এখন পূর্ব্ব লিখিত সমুদায় মসলা ও দাউল পেষণ করিয়া লবণের সহিত পুনর্ব্বার পূর্ব্বোল্লিখিত নিয়মে পুটলী বাঁধিয়া জলের বাষ্পে সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে। পাকে সিদ্ধ হইলে, উহা নামাইয়া পুটলী খুলিয়া মসলা সংযুক্ত দাউলের গুঁড়া শীতল করিবার জন্য একটী পাত্রে ছড়াইয়া দিতে হইবে। এদিকে ময়দায় এক ছটাক ঘৃত ও সমুদায় দধি ময়ান দিয়া ঠাসিতে হইবে এবং আবশ্যক মত গরম জলের ছিটা দিয়া রুটি প্রস্তুত করিবার নিয়মানুসারে ঠাসিতে হইবে। ময়দা যত ঠাসা যায়, রুটিও যে তত নরম হয়, তাহা মনে করিয়া রাখা উচিত। যখন দেখা যাইবে উত্তমরূপ ঠাসা হইয়াছে, তখন সেই ময়দার এক একটী লেচী কাটিয়া তাহার মধ্যে পূর্ব্ব রক্ষিত মসলাযুক্ত দাউলের পূর দিয়া রুটি তৈয়র করিতে হইবে এবং মৃদু-তাপে ঐ রুটি পাক করিতে হইবে। পাকের সময় একটী সরু সলাকা দ্বারা ঐ রুটিতে ছিদ্র ছিদ্র করিয়া তাহার মধ্যে অল্প পরিমাণ ঘৃত দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা বেশ সুপক্ক হইয়াছে, তখন তাহা নামাইয়া লইলে সিন্দুদেশের রুটি পাক হইল। এখন ভোক্তাগণ আহার করিয়া দেখুন এই রুটি তাঁহাদিগের রসনার আদরের যোগ্য হইল কি না?

ডিমের মোহনভোগ।

আমরা যেরূপ নিয়মে মোহনভোগ প্রস্তুত করিয়া আহার করিয়া থাকি, ডিমেয় মোহনভোগের আস্বাদন তাহা অপেক্ষা কোন অংশে ন্যূন নহে বরং সমধিক মধুর বোধ হয়। এই সুমিষ্ট খাদ্যদ্রব্য অনেকেই

প্রস্তুত করিতে জানেন না। উহা প্রস্তুত করিতে শিখিলে জলখাবারের সময় প্রত্যেক গৃহস্থই উহা ব্যবহার করিতে পারেন। এদেশে যে প্রকার মোহনভোগ ব্যবহৃতহইয়া থাকে, তাহা অপেক্ষা উহা কেবল যে মুখ-প্রিয় তাহা নহে, উহার পুষ্টিকারিতা শক্তিও সমধিক দেখিতে পাওয়া যায়। এইজন্য ডিমের মোহনভোগ প্রচুররূপে ব্যবহার হইতে আরম্ভ হইলে ভাল হয়। নিম্নলিখিত নিয়মে ডিমের মোহনভোগ প্রস্তুত করিতে হয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ডিম	...	...	...	চারিটী।
সুজি	...	...	...	ছয় তোলা।
বাতাসা	...	...	...	দেড় ছটাক।
ঘৃত	...	...	...	এক ছটাক।
জাফরাণ বাটা	...	...	...	দেড় আনা।
গোলাপ জল	...	...	...	এক ছটাক।

একটী পরিষ্কৃত পাত্রে ডিমগুলি ভাঙিয়া তাহার ভিতরের তরল পদার্থ ঢাল এবং উহার মধ্যে সূত্রবৎ যে পদার্থ থাকে, তাহা বাছিয়া ফেলিয়া দেও। পরে সমুদায় বাতাসা উহার সহিত মিশাইয়া একখানি চাম্চা দিয়া খুব ফেটাইতে থাক। এই সময় জাফরাণ বাটা উহার সঙ্গে মিশাইয়া ফেটাইয়া লও।

এদিকে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে সুজিগুলি দিয়া ভাজিতে থাক, যখন দেখা যাইবে উহা ভাজা ভাজা হইয়া কিঞ্চিৎ লাল্‌চে রঙের হইয়াছে তখন তাহাতে ঐ প্রস্তুত করা ডিম ঢালিয়া দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে থাক। এই সময়ে আঁচ খুব অল্প হইয়াছে আবশ্যক যখন দেখা যাইবে যে পোস্তদানার ন্যায় উহার আকার হইয়াছে এবং গাঢ় গাঢ় হইয়া আসিয়াছে তখন তাহাতে গোলাপ জল দিয়া উত্তমরূপ নাড়িয়া নামাইয়া লইবে কেহ কেহ আবার এই সময় কিঞ্চিৎ মৃগনাভি কিম্বা ছোট এলাচের গুঁড়া অথবা সামান্য

রূপ কর্পূর দিয়া, নামাইয়া লয়েন। এইরূপ প্রস্তুত করা মিষ্ট দ্রব্যকে ডিমের মোহনভোগ কহিয়া থাকে।

প্রকারন্তর।

পূর্ব্বে যে প্রকারের মোহনভোগের বিষয় লিখিত হইল এবং এক্ষণে যে বিষয় লিখিত হইতেছে, উহাদের পরস্পর আস্বাদগত বিস্তর প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। এজন্য এস্থলে প্রকারন্তর মোহনভোগের প্রস্তুত বিবরণ লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	...	...	এক পোয়া।
ঘৃত	...	...	...	দেড় পোয়া।
ডিম	...	...	...	দুইটা।
চিনির রস	...	...	...	এক পোয়া।
ছোট এলাচ চূর্ণ	...	...	...	আধ আনা।
জল	...	...	...	পাঁচ ছটাক।

প্রথমে ডিমের তরলাংশে এক ছটাক জল দিয়া খুব ফেণাইতে হইবে। অনন্তর তাহাতে চিনির রস মিশাইয়া লইতে হইবে। চিনির রস সম্বন্ধে একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক। অর্থাৎ চিনির যে কোন অবস্থার রস লইলেই হইবে না। যে রস কাগজের উপর স্থাপন করিলে উহা ভিজিয়া নীচে পড়িবে না, সেই রস ডিমে মিশাইবার উপযুক্ত হইয়াছে, মনে করিতে হইবে। এক্ষণে রস মিশ্রিত ঐ তরলাংশ উত্তমরূপে ফেণাইতে হইবে। উহা যত ফেণান উত্তম হয় ততই ভাল। অনন্তর মৃদু জ্বালে ঐ তরলাংশ চড়াইয়া দিয়াই ময়দা অবশিষ্ট জলে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে হইবে। উহা যেমন গাঢ় হইতে থাকিবে, সেই সঙ্গে ঘৃত ক্রমে ক্রমে ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে, এইরূপে সমুদায় ঘৃত মিশান হইলে পর নামাইয়া লইলেই মোহনভোগ প্রস্তুত হইল।

বিলাসী ব্যক্তিগণ এই সময় এলাচ চূর্ণ ও মৃগনাভি এবং গোলাপ জল দিয়া নামাইয়া থাকেন। কিন্তু সচরাচর তাহা দেওয়া হয় না। অনেকে আবার উহাতে আধ সের পর্য্যন্ত ঘৃত দিয়াও থাকেন। এস্থলে আর একটী বিষয় স্মরণ রাখা আবশ্যক। হাঁসের ডিমে কিঞ্চিৎ আঁস্‌টে গন্ধ হইয়া থাকে কিন্তু মুরগীর ডিমে তাহা হয় না। এই মোহনভোগ মুসলমানদিগের মধ্যে সমধিক প্রচলিত। কেহ কেহ এলাচের পরিবর্ত্তে গোলাপজল তিন তোলা এবং কিঞ্চিৎ পরিমাণ মৃগনাভি দিয়া থাকেন। উহা দ্বারা যে মোহনভোগ অত্যন্ত মুখ-প্রিয় হয় তাহা বলা বাহুল্য!

মস্থালমান।

ইহাও এক প্রকার অতি উপাদেয় রসনা-তৃপ্তি-কর সুমিষ্ট খাদ্য। পশ্চিম প্রদেশে এই খাদ্য অতি উৎকৃষ্টরূপ প্রস্তুত হইয়া থাকে। বরফি, পেড়া প্রভৃতির ন্যায় মস্থালমান অতি সুখাদ্য। আমাদের দেশে মস্থালমান প্রস্তুত করিবার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায় না। যখন আমাদের রসনায় মস্থাল অতি আদরের জিনিস, তখন তাহার প্রস্তুত প্রণালী শিক্ষা করা যে অতীব আবশ্যক, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই। উহা প্রস্তুত করা কিছুই কঠিন নহে। অতি সহজে প্রস্তুত হইয়া থাকে। পাঠকগণ উহার প্রস্তুত নিয়ম পাঠ করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মুগের দাউল চূর্ণ	...	...	...	এক সের।
ক্ষীর	...	...	...	এক পোয়া।
বাদাম	...	...	...	এক ছটাক।
পেস্তা	...	...	...	এক ছটাক।
কিস্‌মিস্	...	...	...	এক ছটাক।
জাফরণ গুঁড়া	...	...	...	আধ তোলা।
ছোট এলাচ চূর্ণ	...	...	...	আধ তোলা।
চিনির রস	...	...	...	দেড় সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।

প্রথমে মুগের দাউল চূর্ণে ঘৃত এবং ক্ষীর মিশাইয়া লও। এরূপ ভাবে মিশাইতে হইবে, সমুদায় যেন উত্তমরূপ মিশাইয়া যায়। এখন পরিস্কৃত পাক-পাত্রে ঐ মিশ্রিত পদার্থ ঢালিয়া দিয়া মৃদু জ্বালে উত্তমরূপে নাড়িতে থাক, বাদামী রঙের হইলে, তখন তাহাতে সমুদয় চিনির রস ক্রমে ক্রমে ঢালিয়া দিয়া, ঘন ঘন নাড়িতে হইবে এবং উহা যেমন ঘন হইয়া আসিতে থাকিবে, সেই সময় বাদাম, পেস্তা, কিস্‌মিস্, এলাইছ এবং জাফরাণ গুঁড়া উহার সঙ্গে মিশাইয়া দিবে। এইরূপ ভাবে অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা বরফির আকারে গাঢ় হইয়া আসিবে। এখন জ্বাল হইতে নামাইয়া বরফি ঢালার ন্যায় কোন পাত্রে সামান্যরূপ ঘৃত মাখাইয়া তাহাতে উহা ঢালিয়া দেও এবং কঠিন হইলে ইচ্ছামত যেরূপ আকারে হউক কাটিয়া তুলিয়া লও। এই প্রস্তুত করা সুমিষ্ট দ্রব্যের নাম মস্থালমান। হিন্দু-শাস্ত্র মতে মস্থালমান অতি পবিত্র খাদ্য। এমন কি দেব-ভোগে পর্য্যন্ত উহা ব্যবহার হইয়া থাকে।

বাদামের বরফি।

বরফি মাত্রই অতি সুখাদ্য মিষ্ট দ্রব্য। নানাপ্রকার দ্রব্য দ্বারা এবং নানাপ্রকার প্রণালী অনুসারে উহা প্রস্তুত করিলে যে, উহার আস্বাদনেরও প্রকার ভেদ হইয়া থাকে, তাহাও সকলেই অবগত আছেন। এই প্রস্তাবে আমারা বাদামের বরফি প্রস্তুত নিয়ম লিখিয়া পাঠক ও পাঠিকাগণের গোচর করিব। বাদামের বরফি অতি পবিত্র, পবিত্র জ্ঞানে উহা দেব-ভোগে পর্য্যন্ত ব্যবহার হইয়া থাকে। অতএব হিন্দু- জাতির এই উপাদেয় মিষ্ট দ্রব্য প্রস্তুত প্রণালী শিখিতে সকলেরই আমোদ বোধ হইবে। বাদামের বরফি প্রস্তুতের নিয়ম যে অতি সহজ, তাহা নিম্ন লিখিত বিবরণ পাঠ করিলে সকলই জানিতে পারিবেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

বাদাম (খোসা শূন্য)	...	...	...	এক সের।
ছোট এলাচ চূর্ণ	...	...	...	চারি আনা।

চিনির রস	...	...	...	আধ সের।
ঘৃত	...	...	...	দেড় ছটাক।

বাদামের উপরিভাগে যে কঠিন আবরণ অর্থাৎ খোলা আছে, তাহা ভাঙিয়া ভিতরের শাঁস বাহির করত তাহা জলে ভিজাইয়া রাখিতে হইবে। খানিক্ষণ উহা জলে ভিজিলে তাহার পর অল্প জোরে টিপিলেই গায়ের খোসা উঠিয়া যাইবে। এইরূপে বাদামগুলির খোসা ছাড়াইয়া তাহা একখানি পরিষ্কৃত শিলে বাটিয়া লইতে হইবে। বাদম বাটা হইলে একখানি পরিষ্কৃত কড়াতে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ বাটা বাদাম ঈষৎ লালছে ধরণে ভাজিয়া নামাইতে হইবে। অনন্তর ক্ষীরের সহিত ঐ ভাজা বাদাম এবং এলাচের চূর্ণ উত্তমরূপ মিশাইয়া পুনর্ব্বার আধ ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে উহা দিয়া দুই চারিবার নাড়িয়া চাড়িয়া চিনির রস ক্রমে ক্রমে ঢালিয়া দিয়া খুব নাড়িতে চাড়িতে হইবে। কিছুক্ষণ নাড়িতে নাড়িতে উহা গাঢ় হইয়া আসিবে, তখন তাহা কোন একটী পরিষ্কৃত পাত্রে একটু ঘৃত মাখাইয়া বরফি ঢালার ন্যায় ঢালিয়া রাখিবে, কঠিন হইলে ছুরি দ্বারা ইচ্ছামত কাটিয়া লইলেই বাদামের বরফি প্রস্তুত হইল।

অন্যান্য বরফি অপেক্ষা বাদামের বরফি অত্যন্ত গুরু-পাক। কারণ বাদামে যে একপ্রকার তৈল আছে, তাহা সহজে পরিপাক হয় না। তজ্জন্য যে সকল ব্যক্তির উদরাময় প্রভৃতি রোগ আছে, তাহাদিগের পক্ষে উহা সুপথ্য নহে।

খাজা।

খাজা যে কি প্রকার সুখাদ্য মিষ্ট দ্রব্য তাহা এদেশের কাহাকেও লিখিয়া বুঝাইতে হয় না। উহার উপাদেয়তা সম্বন্ধে সকলেরই রসনা মুক্ত-কণ্ঠে সাক্ষ্য দিয়া থাকে। সকলেই খাজা খাইয়া থাকেন, কিন্তু কি প্রকারে যে উহা প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা জিজ্ঞাসা করিলে অনেকেই

নিরুত্তর হয়েন। যাহা আমাদের দেশের একটী প্রধান উৎকৃষ্ট খাদ্য, তাহার পাক বিষয়ে জ্ঞান থাকা আবশ্যক, এই জন্য এস্থলে খাজা প্রস্তুতের প্রণালী লিখিতে প্রবৃত্ত হইলাম।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক সের।
চিনির রস	...	...	...	এক সের।

খাজার পক্ষে অত্যন্ত মিহি ময়দাই উত্তম। এজন্য কলের এক নম্বরের ময়দা হইলেই ভাল হয়। ময়দা যদি মোটা হয়, তবে একখানি পাতলা পরিষ্কৃত নেকড়ায় তাহা চালিয়া লইলেই চলিতে পারে। পরে সেই ময়দায় এক পোয়া ঘৃতের ময়ান দিয়া খুব করিয়া মর্দ্দন অর্থাৎ দলিতে হইবে। পরে তাহাতে আবশ্যক মত জল দিয়া ঠাসিতে হইবে। বেশ ঠাসা হইলে একখানি কাষ্ঠের পাটার উপর বেলনা দ্বারা পাতার ন্যায় পাতলা ভাবে বেলিয়া দুই ভাঁজ করিতে হইবে এবং তাহার উপর ঘৃতের লেপ দিয়া এক দিক হইতে গুঁড়াইয়া পাটার উপরে রাখিয়া হস্ত দ্বারা চেপ্টা করিয়া আবার বেলনা দ্বারা বেলিয়া সমতা করিতে হইবে। এইরূপে এক একবার বেলিয়া তাহার উপর পূর্ব্ববৎ ঘৃত মাখিয়া ভাঁজ করিতে হইবে। যত ভাঁজ হইবে, খাজা ভাজিলে ততগুলি স্তবক হইয়া উঠিবে। পরটার ন্যায় ভাঁজ সকল পরস্পর পৃথক অথচ সংলগ্ন থাকিবে। খাজার স্তবকগুলি যত পাতলা হয়, ততই ভাল, এজন্য অধিক ভাঁজ করিতে হয়। এইরূপে এক একবার ভাঁজ ও এক একবার বেলিয়া শেষে লম্বাভাবে গুটাইয়া ছুরি দ্বারা কিম্বা আঙ্গুলে করিয়া তাহা হইতে ইচ্ছা অনুসারে ছোট কিম্বা অপেক্ষাকৃত বড় আকারে লেট্টী কাটিয়া লইতে হইবে। এখন সেই লেট্টী লুচি বেলিবার ন্যায় গোলাকার ভাবে বেলিয়া ভাজিতে হইবে।

এদিকে পাক-পাত্রে অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত দিয়া জালে বসাইতে হইবে এবং তাহা পাকিয়া আসিলে প্রস্তুত করা খাজা ছাড়িয়া দিয়া ভাজিয়া

তুলিতে হইবে। খাজা ভাজিবার সময় উনানের নিকট আর একটী পাত্রে একতার বন্দের রস প্রস্তুত করিয়া রাখা আবশ্যক। কারণ খাজা ভাজিয়া ঐ রসে ডুবাইয়া স্বতন্ত্র পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপে সমুদায় খাজাগুলি রসে ডুবাইয়া তুলিয়া রাখিয়া অবশিষ্ট রস তাড়ু দ্বারা খুব নাড়িতে হইবে এবং উহা শাদা বর্ণের হইলে খাজার উপর আবার ছড়াইয়া দিতে হইবে। লিখিত নিয়মে প্রস্তুত করিলে খাজা তৈয়ার হইল।

খাজা ভাজিবার সময় আর একটী বিষয় মনে রাখিতে হয়, অর্থাৎ উহা ভাজিয়াই যদি রসে ফেলা যায়, তাহা হইলে অনেক ঘৃত নষ্ট হইতে পারে। কারণ খাজার প্রত্যেক স্তবকে যে ঘৃত সঞ্চিত থাকে, রসে মিশাইয়া গেলে কোন লাভ নাই, এজন্য উহা যতদূর পারা যায় লইবার উপায় করা উচিত। ঐ ঘৃত লইতে হইলে খাজা ভাজিবার উনানের নিকট একটী পাত্রের উপর একটী পেতে বা চুবড়ি বসাইয়া রাখিয়া তাহাতে খাজাগুলি ঘৃত হইতে তুলিয়া রাখিলে উহার মধ্যস্থ যাবতীয় ঘৃত নীচের পাত্রে ঝরিয়া পড়িয়া থাকে। উহা ভাজা শেষ হইলে ঐ ঘৃত তুলিয়া লইলে অন্য কাজে ব্যবহার হইতে পারে।

অনেক সময় আবার দেখা যায়, অনেকেই খাজা ভাজিয়া রসে না ফেলিয়া উহা ভাজিয়া তুলিয়া রাখেন এবং যে সময় উহা ব্যবহারে লাগিবে। তাহার কিছু পূর্ব্বে রস মাখাইয়া থাকেন। ভাজিয়াই রস মাখাইতে গেলে আর একটী অসুবিধা এই যে, উহা প্রায় ভাঙ্গিয়া যাইবার খুব সম্ভব। তজ্জন্য পরে রস মাখানই ভাল।

যাঁহারা দোকানের ঘৃত-পক্ক দ্রব্য আহার করেন না, তাঁহারা লিখিত নিয়মে স্বহস্তে খাজা প্রস্তুত করিতে পারেন।

মতিচুর।

অনেকে গৃহে মতিচুর প্রস্তুত করিতে না পারিয়া দোকানের প্রস্তুত মতিচুরের উপর নির্ভর করিয়া থাকেন। গৃহে প্রস্তুত করিলে উহা যেমন

পরিষ্কৃত এবং উৎকৃষ্ট হইবার কথা, দোকানে সেরূপ হইবার সম্ভব অতি অল্প। কারণ ব্যবসায়ী ব্যক্তিগণ ঘৃতাদি উপকরণ ভাল রকম সংগ্রহ না করিয়া যাহাতে অত্যন্ত সস্তা হয়, তাহারই চেষ্টা করিয়া থাকে। উপকরণ যে পরিমাণে উত্তম হইবে, মতিচুরও যে সেই পরিমাণে উপাদেয় হইবে তাহা মনে রাখা উচিত। উপকরণ এবং প্রস্তুতের পারিপাট্যের উপর উহার উত্তমতা নির্ভর করিয়া থাকে। মতিচুর যেরূপ সুখাদ্য মিষ্টান্ন উহার উত্তমতা রক্ষা করাই সর্ব্বতোভাবে কর্ত্তব্য।

গাওয়া ঘৃত দ্বারা প্রস্তুত করিলে মতিচুরের আস্বাদন যে শতগুণে বৃদ্ধি হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় কাহাকেও বুঝাইয়া দিতে হয় না। আমরা নিশ্চয় বলিতে পারি নিম্নলিখিতরূপ নিয়মে প্রস্তুত করিলে উহা অতি উপাদেয় হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ছোলার দাউল	এক সের।
চিনি	এক সের।
ঘৃত	এক সের।
বাঁধা দধি	এক পোয়া।
দুগ্ধ	আবশ্যক মত।

ছোলার দাউল ভিজাইয়া উত্তমরূপে ধুইতে হইবে। এস্থলে আর একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক। ছোলা যদি অধিক দিনের পুরাতন এবং খারাপ হয়, তবে সেই ছোলায় ভাল রকম মতিচুর হয় না অর্থাৎ উহার দানা নিরেট হয়। মতিচুর কিম্বা মিঠাইয়ের দানা যত হাল্‌কা ও ফাঁপা হয়, ততই তাহা কোমল, রস-পূর্ণ এবং উপাদেয় হইয়া উঠে। এই জন্য ভাল রকম ছোলার দাউল লইয়া প্রস্তুত করা ভাল। এক্ষণে ঐ ধৌত শুষ্ক দাউল জাঁতায় পেষণ করিয়া অত্যন্ত মিহি অর্থাৎ খিচ-শূন্য গুঁড়া তৈয়ার করিতে হইবে। এই গুঁড়াকে বেসম কহিয়া থাকে। বেসম মোটা হইলে পরিষ্কৃত পাতলা নেকড়ায় তাহা ছাঁকিয়া লইলেও ভাল হয়;

এখন ঐ বেসমে দেড় তোলা ঘৃতের ময়ান দিয়া মাখিতে হইবে যখন দেখা যাইবে তাহা উত্তমরূপ মিশ্রিত হইয়াছে, তখন তাহাতে দধি মিশাইয়া খুব ফেটাইতে হইবে। চারিদণ্ড ফেণাইয়া একদণ্ড সময় আবার অমনি রাখিয়া পুনর্ব্বার ফেণাইতে হইবে। ফেণাইতে ফেণাইতে যখন দেখা যাইবে, উহার উপর জলবুদ্বুদের ন্যায় উঠিবে, অথবা সেই বেসমের গোলার এক বিন্দু জলের উপর দিলে তাহা না ডুবিয়া উপরে ভাসিয়া উঠিবে, সেই সময় জানিতে হইবে যে, উহা মতিচুর ভাজিবার ঠিক উপযুক্ত হইয়াছে।

গোলা প্রস্তুত হইলে লিখিত চিনি জল মিশ্রিত করিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং মধ্যে মধ্যে তাহাতে দুগ্ধ মিশ্রিত জলের ছিটা দিয়া চিনির রস প্রস্তুতের নিয়মানুসারে তিন তার বন্দের রস প্রস্তুত করিয়া রাখিতে হইবে।

গোলা ও রস প্রস্তুত হইলে একখানি কড়া কিম্বা অন্য কোন পাক-পাত্রে সমুদয় ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং তাহা পাকিয়া আসিলে একখানি সরু ছিদ্রবিশিষ্ট ঝাঝ্‌রা হাতা সেই ঘৃতের উপর ধরিয়া তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত বেসমের গোলা দিয়া, ধীরে ধীরে হস্তসঞ্চালন করিতে হইবে। ঝাঝরার ছিদ্র দিয়া যে বেসম উত্তপ্ত ঘৃতে পড়িবে তাহা কঠিন হইয়া উঠিবে। এখন উহা দুই একবার নাড়িয়া চাড়িয়া তুলিতে হইবে। ভাজার সময় দুটী বিষয়ে মনোযোগ রাখিতে হয়। অর্থাৎ উহা যেন কাঁচা না থাকে এবং কড়া ভাজা না হয়। কারণ কাঁচা থাকিলে উহা আহারের সময় কাদার ন্যায় হইয়া থাকে, তাহা আদৌ সুখাদ্য হয় না। আর কড়াগোছের হইলে তাহাতে রস প্রবেশ করিতে পারে না। সুতরাং উহা কঠিন এবং নীরস হইয়া থাকে। এজন্য খুব সাবধান হইয়া ভাজিতে হয়।

অনন্তর ঐ ভাজা বুঁদিয়া ঝাঝরায় করিয়া ঘৃত হইতে ঝাড়িয়া চিনির প্রস্তুত করা তিন তার বন্দের রসে ডুবাইতে হয়, সমুদায় ডুবান হইলে তাহা দুই একবার নাড়িয়া চাড়িয়া যখন তাহার গায়ের রস মরিয়া আসিবে, সেই সময় হাতে অল্পজল কিম্বা ঘৃত মাখিয়া গোলাকার লাড়ুর আকারে বাঁধিয়া লইলেই মতিচুর প্রস্তুত হয়।

বাঁধা কপির নিরামিষ ডাঁল্লা।

মৎস্য, মাংস ভক্ষণে যাঁহাদিগের অপ্রবৃত্তি তাঁহারা বাঁধা কপির নিরামিষ ডাঁল্লা প্রস্তুত করিয়া রসনার-তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। যে নিয়মে এই ডাঁল্লা পাক করিতে হয়, এস্থলে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কপি	...	...	...	এক সের।
গোল আলু	...	...	...	আধ সের।
কলাই শুঁটী	...	...	...	এক পোয়া।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
জিরামরিচ বাটা	...	...	...	দেড় তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	তিন তোলা।
আদা বাটা	...	...	...	আধ তোলা।
তেজপাতা	...	...	...	আটখানি।
ছোট এলাচ	...	...	...	দুই আনা।
দারচিনি	...	...	...	দুই আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
পোস্তদানা বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
বাতাসা বা চিনি	...	...	...	এক তোলা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।
তৈল	...	...	...	আধ পোয়া।
ঘৃত (১)	...	...	...	আধ ছটাক।
জল	...	...	...	এক পোয়া।

প্রথমে কপির ডাল হইতে পাতা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া কুটিয়া লইতে হইবে এবং কুটা হইলে উত্তমরূপে ধৌত করতঃ জল ঝরিয়া

(১) কিন্তু কেবল যদি ঘৃত দ্বারা রন্ধন করিতে হয়, তাহা হইলে তিন ছটাক ঘৃত লইলেই চলিতে পারে।

লওয়া আবশুক। এদিকে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে দুই ছটাক ঘৃত দিয়া পাকাইয়া লও। পরে তাহাতে সিকি পরিমাণ আদার কুচি ও সমুদায় গরম মসলার অর্দ্ধেক অল্প ছেঁচিয়া এবং তেজপাতাগুলি দিয়া নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে, ঐ সকল অল্প লাল্‌ছে ধরণের হইয়াছে, তখন তাহাতে ধৌত কপি ও আলু চাকি চাকা করিয়া এবং খোসা ছাড়ান মটর শুঁটী এক সঙ্গে ঢালিয়া দেও। দুই একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেও। অল্পক্ষণ পরে ঐ ঢাক্‌নি খুলিয়া তাহাতে সমুদায় লবণ দিয়া আবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ পুনর্ব্বার ঢাকিয়া রাখ। এদিকে সমভাবে উহাতে জ্বাল দিতে থাক। এই অবস্থায় খানিক্ষণ জ্বাল পাইলে ঐ কপি হইতে যে জল বাহির হইবে, তাহাতেই প্রায় সমুদায় সিদ্ধ হইয়া আসিবে। এই সময় গরম জলে পোস্তদানা ব্যতীত সমুদায় বাটা মসলা গুলিয়া পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া ঢালিয়া দিয়া উত্তম করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দেও এবং উহা ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে পোস্তদানা বাটা ও চিনি বা বাতাসা ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ। এই সময় তরকারী বেশ আঠা আঠা থকথকে ভাবের হইয়া আসিবে এবং তাহা হইতে এক প্রকার সুগন্ধ নির্গত হইতে থাকিবে, অতএব আর বিলম্ব না করিয়া অবশিষ্ট গরম মসলা উত্তমরূপ খিচ-শূন্য ভাবে বাটিয়া অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ঐ ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিয়াই একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া লও। অনন্তর উহা পরিবেশনের সময় আর একবার নাড়িয়া লইয়া ভোক্তাদিগকে আহার করিতে দেও, সকলে আহার করিয়া দেখুন নিরামিষ বাঁধা কপির ডাঁলা কেমন সুখাদ্য।

ফুলকপি রোষ্ট।

ফুল কপির রোষ্টই বেশ সুখাদ্য। আমরা দেখিয়াছি সকল স্থানে উহা একরূপ নিয়মে পাক হয় না। আমরা নিশ্চয় করিয়া বলিতে পারি,

লিখিতরূপ নিয়মে রোষ্ট করিলে উহা সকলেরই রসনার আদরণীয় হইবে।

ফুলের প্রথম অবস্থা অর্থাৎ যে সময় উহা ফুটিয়া ছড়াইয়া না পড়ে এবং উহার উপর এক প্রকার কাল দাগ না হয়, সেই অবস্থার ফুলই উত্তম সুখাদ্য।

প্রথমে গোটা ফুলটী লইয়া তাহার মধ্যে যে এক একটী পৃথক পৃথক পাপড়ি আছে, তাহার সেই পৃথক পৃথক অংশ কাটিয়া লও। অত্যন্ত কুচি কুচি করিলে ভাল হয় না. এজন্য মোটা মোটা ভাবে ছাড়াইয়া লইয়া তাহার বোঁটার দিক ফুলের গোড়া পর্য্যন্ত চিরিয়া দেও। অর্থাৎ উহা যেন ফুলের সহিত পৃথক হইয়া না পড়ে। এখন তাহা পরিষ্কৃত জলে সামান্য রূপ ধুইয়া লও। এদিকে একটী পাক-পাত্রে মাখন বা ঘৃত জ্বালে চড়াও। ঘৃত অপেক্ষা মাখন দ্বারা পাকে বেশ সুখাদ্য হইয়া থাকে। সঙ্গতি-হীন ব্যক্তিগণ ঘৃতের অভাবে তৈল দ্বারা রোষ্ট করিতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না। ফ্রান্সবাসীরা প্রথমে কপিগুলি গরম জলের ভাবে কিঞ্চিৎ সিদ্ধ করিয়া পরে লিখিতরূপ নিয়মে রোষ্ট করিয়া থাকেন।

যখন দেখিবে মাখন বা ঘৃত পাকিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে ধৌত কপিগুলি অল্প অল্প পরিমাণ ছাড়িয়া দেও। এস্থলে একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক অর্থাৎ অন্যান্য তরকারী ভাজার ন্যায় এককালে মাখন বা ঘৃত চাপাইয়া সমুদায় তরকারী একেবারে পাক চলিবে না। কোন চেত্‌লা পাত্রে অল্প পরিমাণ ঘৃত চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে সম্ভবমত কপি ছাড়িয়া দিয়া মৃদু জ্বালে পাক কর এবং মধ্যে মধ্যে সামান্যরূপ জলের ছিটা দিয়া উল্টাইয়া দেও। এইরূপ ভাবে অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে দেখিতে পাইবে, উহা উত্তমরূপ সিদ্ধ হইয়াছে অর্থাৎ খুন্তি বা কাটি দ্বারা অল্পমাত্র চাপিয়া ধরিলেই গলিয়া আসিবে। এইরূপ অবস্থায় উহা পাক-পাত্র হইতে তুলিয়া লও। লিখিত নিয়মে সমুদায় কপিগুলি পাক হইলে অল্প পরিমাণ গরম মাখন বা ঘৃতে লবণ ও ছোট এলাচের গুঁড়া গুলিয়া ঐ কপিতে

মাখাইয়া আহার করিয়া দেখ, ফুলকপি রোষ্ট কেমন উপাদেয় এবং উহার আস্বাদন কত মধুর। টাট্‌কা ফুল হইলেই আস্বাদন ভাল হইয়া থাকে।

মটন চপ্ সহজ-পদ্ধতি।

এই খাদ্যটী ইয়ুরোপে অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার হইয়া থাকে। ইংরাজী আহারে যাঁহারা ভক্ত, আজকাল তাঁহাদিগের রসনাও মটন চপের নামে নৃত্য করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। বাস্তবিক মটন চপ্ এক প্রকার সুখাদ্য এবং পুষ্টি-কর। চপ্ সকল প্রকার মাংস দ্বারাই প্রস্তুত হইতে পারে। কোন কোন মৎস্যেরও চপ্ হইয়া থাকে। কিন্তু সকল প্রকার মাংস অপেক্ষা মটনই উৎকৃষ্ট। মটন অর্থাৎ মেষ মাংস চপের প্রধান উপযোগী, তাহার কারণ এই যে, উহা অত্যন্ত কোমল এবং তৈলাক্ত সহজেই সিদ্ধ হয়, আর আহারে এক প্রকার উপাদেয়তা অনুভূত হইয়া থাকে। সকল মেষের মাংস তত সুখাদ্য নহে। মেষের মধ্যে দুম্ব-মেষই অতি সুখাদ্য। যে সকল মেষের মটন প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহাদিগের খাদ্য কেবলমাত্র ঘাসের উপর নির্ভর করিলে চলে না। প্রতিদিন উহাদিগকে ঘাস ব্যতীত দানা (খেসারি কড়াই) আহার করিতে দিয়া থাকে এবং মধ্যে মধ্যে বিট লবণ প্রভৃতি দানার সহিত মিশাইয়া দিতে হয়। সাধারণ মেষ যে মূল্যে বিক্রয় হইয়া থাকে, দানা-ভোজী মেষের মূল্য তাহা অপেক্ষা অনেক অধিক। কিছুদিন দানা আহার করিলে তাহার মাংস অত্যন্ত থকৃথকে এবং কোমল হয়। আহারের সময় উহা ছিবড়া ছিবড়া হয় না। চিবাইলে মুখে মিলাইয়া যায় ও তাহা হইতে এক প্রকার তৈলাক্ত পদার্থ বাহির হইতে থাকে এবং এক প্রকার অতি চমৎকার অস্বাদন হয়।

যে সকল ব্যক্তির মটন আহার করা অভ্যাস নাই কিম্বা উদরাময় প্রভৃতি পেটের পীড়া আছে, তাহাদিগের পক্ষে মটন চপ্ অপকারী। মটন চপ্ রন্ধন অতি সহজ এবং সামান্য ব্যয়-সাধ্য। তবে পাকের একটু

নিপুণতা থাকিলে ভাল হয়। যে নিয়মে মটন চপ্ রাঁধিতে হয়, নিম্নে তাহা পাঠ করিলেই অনায়াসেই শিখিতে পারা যাইবে।

মেষমাংস	...	...	...	এক সের।
পিয়াজের রস	...	...	...	দেড় পোয়া।
আদার রস	...	...	...	এক পোয়া।
লবণ	...	...	...	দুই তোলা।
ছোট এলাচ	...	...	...	চারি আনা।
গোল মরিচ	...	...	...	ছয় আনা।
মাখন বা ঘৃত (১)	...	...	...	আধ সের।

যে কোন জন্তুর মাংসেই যে চপ্ প্রস্তুত হইতে পারে, তাহা পূর্ব্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে কিন্তু জন্তুর সকল অঙ্গের মাংস দ্বারা ভালরূপ চপ্ হয় না। দাবনার মাংসই চপের পক্ষে প্রধান মনে রাখিতে হইবে। কারণ দানা-ভোজী মেষের দাবনার মাংস অত্যন্ত থকৃথকে এবং অধিক পরিমাণে সঞ্চিত হওয়াতে বোধ হয় ঐ স্থানে যেন এক খণ্ড স্বতন্ত্র মাংস বর্ত্তমান থাকে। চপে হাড় ব্যবহার না করিয়া দাবনা হইতে সেই মাংস খণ্ড পৃথক করিয়া লইতে হইবে এবং তাহা চৌকা ধরণে কাটিয়া তাহার এক পীঠ ছুরী দ্বারা পাতলা পাতলা ভাবে থুরিতে হইবে। থুরিবার সময় উহা এরূপ ভাবে থুরিতে হইবে যেন মাংস পৃথক পৃথক খণ্ড খণ্ড হইয়া স্বতন্ত্র হইয়া না পড়ে। অর্থাৎ সমুদায় দাবনার কর্ত্তিত চৌকা মাংস খণ্ড একত্র থাকিবে অথচ উত্তমরূপে থোরা হইবে।

এখন ঐ থুরিত মাংসে আদা ও পিয়াজের রস উত্তমরূপ মাখাইয়া দুই তিন ঘণ্টা পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

অনন্তর ঢাকনি খুলিয়া মাংস বাহির করিয়া তাহা রাঁধিবার ব্যবস্থা করিতে হইবে। চপ্ রাঁধিবার পক্ষে চেতলা পাত্র হইলেই ভাল হয়। কারণ উহা একেবারে অধিক ঘৃতাদি দিয়া বেশী পরিমাণে এক সঙ্গে

(১) ঘৃত অপেক্ষা মাখন দ্বারা পাক করিলে আস্বাদন ভাল হয়।

রঁাধিবার নিয়ম নহে। এজন্য চাটু কিম্বা সেইরূপ আকারের কোন পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে মাখন বা ঘৃত অল্প পরিমাণে ঢালিয়া দিতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে একখানি বা দুইখানি (পাক-পাত্রের আকারানুসারে) মাংসখণ্ড ছাড়িয়া দিতে হইবে। চপ্ পাকের পক্ষে মৃদু তাপই প্রশস্ত। পাকের সময় একটী বিষয়ে বিশেষ-রূপ মন রাখিতে হয় অর্থাৎ সর্ব্বদাই উহা উল্টাইয়া দিতে হয় এবং মধ্যে মধ্যে কাঁচা জলের ছিটা, (পিয়াজ ও আদার যে রসে মাংস ভিজাইয়া রাখা হইয়াছিল, সেই উৎবৃত্ত রস) কিঞ্চিৎ কিঞ্চিৎ রস উহাতে খাওয়াইতে ও উল্টাইয়া দিতে হইবে। ঐরূপ জল ও রস মধ্যে মধ্যে পাইলে উহার সিদ্ধ হওয়ার পক্ষে সাহায্য হইয়া থাকে এবং মাংস পুড়িয়া উঠে না। এইরূপ অবস্থায় পাকে যখন উহার বাদামী ধরণের রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহা নামাইয়া উনানের নিকট গরম স্থানে ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। লিখিত নিয়মে সমুদায় মাংসখণ্ডগুলি রঁাধা হইলে তুলিয়া লইতে হইবে।

এখন সমুদায় লবণ এবং এলাচ ও মরিচের গুঁড়া আবশ্যক মত ঘৃত বা মাখনে গুলিয়া ঐ মাংসে মাখাইয়া আহার করিলেই মটন চপের আস্বাদন বুঝিতে পারিবে।

মটন চপ্ রন্ধনের ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। আমরা যে নিয়মটী অদ্য প্রকাশ করিলাম, তাহা অতি সহজ। যে মটন চপের নামে আজকাল অনেকেরই রসনা হইতে রস নির্গত হইয়া থাকে, সেই মটন চপ্ রন্ধন প্রণালী লিখিত হইল। মটন চপ্ এক প্রকার ভাজা মাংস বলিলেও বড় দোষ হয় না। তবে রুচিভেদ উহার সমধিক আদর দেখিতে পাওয়া যায়। চপ প্রস্তুতের অন্যান্য পদ্ধতি ক্রমশঃ লিখিত হইবে।

মেষ মাংস হিন্দুমতে ভক্ষণ নিষিদ্ধ নহে।

বৈদ্য-শাস্ত্র মতে মেষ মাংসের গুণ যথা [১] মধুর, শীতল, বল-কারক এবং গুরু-পাক।

[১] মাংসং মধুরশীতত্বাৎ গুরু বৃংহণমাবিকং। ইতি চরকঃ।

কাঁক্‌ড়া ফ্রাই ।

কাঁকৃড়া বলিলে সমুদ্রের কাঁকড়াই বুঝিয়া লইতে হইবে। কারণ এদেশে পুষ্করিণী প্রভৃতিতে যে এক প্রকার কাঁকৃড়া জন্মিয়া থাকে, তাহাতে ঘৃত বা তৈলবৎ পুষ্টি-কর পদার্থ এবং শাঁস অতি অল্পই থাকে সুতরাং তাহা খাদ্য মধ্যে গণ্য না করাই ভাল। সমুদ্র কাঁকৃড়ার আকার অতি বৃহৎ এমন কি কথন কথন ছোট ছোট কচ্ছপের মত দেখা যায়। সমুদ্র কাঁকৃড়ার মধ্যেও আবার স্ত্রী ও পুরুষ দুইটী জাতি আছে, সচরাচর উহা-দিগকে মেদী ও মদ্দা কাঁকৃড়া কহিয়া থাকে। মদ্দা বা পুরুষ জাতি কাঁকৃড়ার আকার বড়, দাড়া বড় এবং অত্যন্ত মোটা, কিন্তু তাঁহাতে ঘৃত থাকে না। সুতরাং তাহা তত সুখাদ্যও নহে। মেদি কাঁকড়ায় অত্যন্ত ঘৃত থাকে, এজন্য তদ্দ্বারা উত্তমরূপ খাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত হইয়া থাকে।

এক্ষণে মেদি কাঁকৃড়াগুলি বাছিয়া লইয়া তাহার পেটের নীচে টিকি-টের মত যে একখানি চাকৃতি আছে, তাহা ফেলিয়া দিতে হইবে। আর উপরের আবরণ অর্থাৎ খোলার কিনারার নিম্নদিকে ঠিক মধ্যস্থলে (অর্থাৎ যে দিকে দাড়া সংলগ্ন থাকে না) তথায় একটী গোলাকার ছিদ্র করিয়া তন্মধ্যস্থ ময়লা বাহির করিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। কারণ তাহা ফেলিয়া না দিলে আহারের সময় তাহা অতি বিস্বাদু বোধ হইবে।

এক্ষণে ঐ কাঁকৃড়া বেশ করিয়া আস্তে আস্তে ধুইয়া তাহার দাড়ায় একটী একটী আঘাত দ্বারা ফাটাইয়া লইতে হইবে। অথচ দাড়া সমেত সমুদায় কাঁকৃড়াটী গোটা থাকিবে। ফাটাইয়া লইবার কারণ এই যে, না ফাটাইলে তাহার মধ্যে মসলা এবং লবণ প্রভৃতি কিছুই প্রবেশ করিতে পারিবে না। সুতরাং মসলাদি সংযোগ না হইলে উহার আস্বা-দন উত্তমরূপ হইবে না।

লিখিত নিয়মে কাঁকৃড়া প্রস্তুত করিয়া পরিমাণ মত হরিদ্রা বাটা, লঙ্কা বাটা, জিরামরিচ বাটা, আদা বাটা এবং রুচি অনুসারে পিয়াজ বাটা এক সঙ্গে মিশাইয়া কাঁকড়ার সমস্ত গায়ে এবং ভিতর হইতে যে পথে

ময়লা বাহির করিয়া লওয়া হইয়াছে, তাহার মধ্যে উহা পূরিয়া দিয়া খাটি সরিষার তৈলে ভাজিয়া লইলেই কাঁকড়া ফ্রাই হইল। এই ভাজা ছাকা তৈলে না হইলে ভাল হয় না।

এস্থলে আমাদের দুই একটী বক্তব্য আছে অর্থাৎ অন্যান্য দ্রব্য পাকের নিয়মানুসারে আমরা মসলা প্রভৃতির কোনরূপ পরিমাণ উল্লেখ করিলাম না। তাহার কারণ এই উহা একটু লবণ ও ঝাল খর খর হইলে, অনেকের জিহ্বায় বিশেষ আদর পাইয়া থাকে। সুতরাং আমরা রাঁধিবার নিয়ম লিখিলাম, ভোক্তাগণ মসলাদির পরিমাণ ইচ্ছানুসারে অল্প বা অধিক স্থির করিয়া লইতে পারিবেন। আর একটী কথা ঘৃত অপেক্ষা খাটি সরিষা তৈলে উহা ভাজিলে আহারে সুখাদ্য বোধ হয়। কারণ তৈলে আঁসটিয়া গন্ধ নষ্ট করিয়া থাকে।

আমাশয় প্রভৃতি উদারাময় রোগে কাঁকড়া একেবারেই নিষিদ্ধ। কাঁকৃড়া অত্যন্ত পুষ্টি-কর। পরিপাক করিতে পারিলে মাংসের ন্যায় উহা দ্বারা শরীরের উপকার হইয়া থাকে।

কাঁকৃড়া দ্বারা অনেক প্রকার সুখাদ্য দ্রব্য পাক হইয়া থাকে। সময়ান্তরে তৎসমুদায় উল্লেখ করিয়া পাঠকগণের আমোদ বৃদ্ধি করিব ইচ্ছা আছে।

বৈদ্য-শাস্ত্র মতে কাঁকৃড়ার গুণ [১] বিরেচক, ভগ্ন-অঙ্গ-যোগ-কারক, বায়ু-পিত্ত-নাশক, বলকারক এবং ঈষৎ উষ্ণ।

কলাই শুঁটীর খিচুড়ী।

এই খিচুড়ী যে কি প্রকার সুখাদ্য তাহা বোধ হয়, এদেশের অনেকেই অবগত আছেন কিন্তু তাহার রন্ধন প্রণালী যে অধিকাংশ লোকই অবগত নহেন, তাহা আমরা নিশ্চয় বলিতে পারি। কলাই শুঁটীর খিচুড়ী রাঁধিবার নিয়ম লিখিত পাঠ করিলেই সকলে জানিতে পারিবেন।

[১] সৃষ্ট বিমূত্রত্বং ভগ্ন-সন্ধাতৃত্বং বায়ু-পিত্ত-নাশিত্বঞ্চ
বলকারিত্বং ঈষদুষ্ণত্ব। ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মিহি দাদখানি চাউল	...	...	...	এক পোয়া।
সোণামুগের দাউল বা খাঁড়ি মসুরি		...	...	এক পোয়া।
কলাইশুঁটী (খোসা ছাড়ান)		...	...	এক সের।
ঘৃত (১)	...	...	...	দেড় পোয়া।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	তিন তোলা।
লঙ্কা বাটা	...	...	...	আধ তোলা।
জিরা মরিচ বাটা	...	...	...	এক তোলা।
আদা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
দারু চিনি	...	...	...	তিন আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	চারি আনা।
তেজপাতা	...	...	...	দশ খানি।
লবণ	...	...	...	সাড়ে চারি তোলা।
জল	...	....	...	তিন সের।

প্রথমে শুঁটীগুলির উপরিকার খোলা ছাড়াইয়া দানা বাহির করিয়া লও। সমুদায় দানা বাহির করা হইলে তাহাতে এক তোলা লবণ মাখাইয়া আধ ঘণ্টা পরে তাহা রগড়াইতে থাক, তাহা হইলে প্রত্যেক দানার খোসা সহজেই পৃথক হইয়া আসিবে। নতুবা এক একটী করিয়া খোসা ছাড়াইতে হইলে বহু পরিশ্রম এবং বিস্তর সময় লাগিবে। লবণ মাখাইয়া খোসা ছাড়াইলে অতি সহজেই উহা ছাড়াইয়া যায়। অনন্তর দুই তিনবার অধিক জলে উহা উত্তমরূপে ধুইয়া লইতে হইবে। ধুইবার সময় সমুদায় খোসা ও লবণ ধুইয়া যাইবে।

এদিকে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া শুঁটীগুলি ভাজিয়া রাখ।

---

(১) অসঙ্গতিপন্ন ব্যক্তিগণ ঘৃতের পরিমাণ আধপোয়া করিতে পারেন কিন্তু আস্বাদনের ব্যতিক্রম হইবে।

পরে আর এক ছটাক ঘৃতে চাউল ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে। খিচুড়ী ও পোলাওয়ে কিরূপ চাউল হইলে ভাল হয় এবং যেরূপ নিয়মে তাহা ঝাড়িয়া ও ধুইয়া লইতে হয়, তাহা অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এস্থলে তাহা উল্লেখ করা অনাবশ্যক। চাউল ভাজা হইলে আবার এক ছটাক ঘৃত দিয়া দাউলগুলিও অল্প পরিমাণ ভাজিয়া লও। এস্থলে একটী কথা উল্লেখ করা আবশ্যক, অর্থাৎ অনেকেই কলাই শুঁটীর খিচুড়ীতে আদৌ কোন প্রকার দাউল ব্যবহার করেন না। কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, কিঞ্চিৎ দাউল দিয়া এই খিচুড়ী পাক করিলে আস্বাদনের বৃদ্ধি হয় এবং খিচুড়ী নিতান্ত কাদার মত দেখিতেও কদাকার হয় না। তবে রুচি অনুসারে ভোক্তাগণ দাউল ব্যবহার করিতে পারেন।

এখন যে পাত্রে খিচুড়ী রাঁধিতে হইবে, তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত জ্বালে চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে সমুদায় গরম মসলার অর্দ্ধেক ছেঁচিয়া এবং সমুদায় বাটা মসলা ঐ ঘৃতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক, যখন বেশ রংদার হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন তাহাতে গরম জল ঢালিয়া দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া চাউল ও দাউল এবং শুঁটীগুলি ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার ঢাকিয়া দেও। খিচুড়ীতে অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে, কারণ উহা ধরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার খুব সম্ভব। মৃদু জ্বালে খিচুড়ী সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে লবণ দিতে হইবে। যাঁহারা পিয়াজ দিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহারা এই সময় আধ পোয়া ভাজা পিয়াজ দিতে পারেন। এক্ষণে অবশিষ্ট গরম মসলা বাটা খিচুড়ীতে ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করতঃ একখানি ভিজা গামছা বা নেকড়া ঢাকার মুখে জড়াইয়া নামাইয়া লও। কুড়ি মিনিট পরে ঢাকনি খুলিয়া পরিবেশন কর, কলাই শুঁটীর খিচুড়ী প্রস্তুত হইল।

শীতকালেই এই খিচুড়ী অতি সুখাদ্য। কারণ এদেশে শীত ঋতুতেই কলাই শুঁটী জন্মিয়া থাকে। সকল প্রকার কলাই শুঁটীর যে উত্তমরূপ খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নহে, এদেশে যে সকল কলাই শুঁটী

জন্মিয়া থাকে, তন্মধ্যে ওলন্দা বা পাগলা কলাই শুঁটীই সর্ব্বোৎকৃষ্ট। আজকাল আমেরিকা ও ইয়ুরোপ প্রভৃতি মহাদেশ সমূহ হইতে যে সকল মটর এদেশে আনীত হইয়া স্থানে স্থানে চাষ হইতেছে, তন্মধ্যে ডোয়ার্ক ডিক্‌সন্, ছিয়র্ক'শায়র হিরো, ভিক্‌টোরিয়া, এম্পারার, আইম্যারো প্রভৃতিই সর্ব্ব প্রধান। ঐ সকল মটরের এক একটী দানা অত্যন্ত পুষ্ট হইয়া থাকে, এমন কি যাঁহারা কখন উহা দেখেন নাই, তাঁহারা দর্শন করিলে আশ্চর্য্য বোধ করিবেন। ফলকথা শুঁটী মোটা মোটা অথচ কচি এইরূপ মটরেরই উৎকৃষ্ট খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে। দানা পাকিয়া গেলে তদ্দ্বারা খিচুড়ী ভাল হয় না। খিচুড়ী ভিন্ন কলাই শুঁটীর দ্বারা আর অনেক প্রকার সুখাদ্য দ্রব্য পাক-হইয়া থাকে।

হিন্দু-শাস্ত্রানুসারে কলাই শুঁটী অপবিত্র নহে।

আফগানি খিচুড়ী।

(সহজ প্রকরণ।)

আফ্‌গানি স্থানে এই খিচুড়ী অত্যন্ত প্রচলিত। আফগানি খিচুড়ীতে অত্যন্ত পিঁয়াজ ব্যবহার করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। যাঁহারা পিঁয়াজ খাইয়া থাকেন, তাঁহাদিগের নিকট এই খেচরান্ন অত্যন্ত মধুর। উহার রন্ধন নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সোণা মুগের দাইল	আধসের।
চাউল	আধসের।
মাংস	দেড় সের।
ঘৃত	আধসের।
দারচিনি (গোটা)	এক আনা।
দারচিনি চূর্ণ	এক আনা।
ছোট এলাচ চূর্ণ	এক আনা।

লবঙ্গ (গোটা)	...	...	...	এক আনা।
লবঙ্গ চূর্ণ	...	...	...	এক আনা।
পিয়াজ	...	...	...	একপোয়া।
পিয়াজ বাটা	...	...	...	এক ছটাক।
পিয়াজ সরুভাবে কুটা	...	...	...	এক ছটাক।
গোটা ধনে	...	...	...	দেড় তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	আধ তোলা।
আদা খণ্ড	...	...	...	দেড় তোলা।
জাফরাণ (পেষিত)	...	...	...	এক আনা।
গোটা মরিচ	...	...	...	দুই আনা।
লঙ্কা চূর্ণ	...	...	...	দুই আনা।
লবণ	...	...	...	সাড়ে চারিতোলা

প্রথমে মাংস, আদা, পিয়াজ, গোটা ধনে এবং লবণ আবশ্যক মত জলের সঙ্গে মিশাইয়া সিদ্ধ করিতে হইবে। পরে ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মাংস এবং ঐ যূষ সন্তলন করিয়া লইতে হইবে। সন্তলনের সময় আদা প্রভৃতি যে, কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে। সন্তলনের পর যূষ হইতে মাংসগুলি পৃথক করিয়া ঐ মাংসে ধনে বাটা, পিয়াজ বাটা, সমুদায় গন্ধ মসলা এবং মরিচ প্রভৃতির চূর্ণ তাহাতে মাখাইয়া মৃদু আগুনের উত্তাপে পাক করিয়া দমে রাখিতে হইবে।

এদিকে পূর্ব্ব প্রস্তুত মাংসের যূষে দাউল, চাউল এবং পিয়াজের সরু সরু খণ্ড সকল দিয়া জালে চড়াইয়া সুসিদ্ধ করিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, উহা বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে অবশিষ্ট গোটা মসলাগুলি এবং মাংস ঢালিয়া দিয়া এক আঁচ তাপ দিতে হইবে। পরে অবশিষ্ট ঘৃত উহাতে ঢালিয়া দিয়া চারিদণ্ড কাল দমে বসাইয়া রাখিলেই আফগানি খিচুড়ী পাক করা হইল।

এই খিচুড়ী যেরূপ সুখাদ্য উহার পুষ্টিকারিতা শক্তি ততধিক, তাহা আহার করিয়া দেখিলেই বুঝিতে পারা যাইবে।

মৎস্য ও মাংসের শিক।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মৎস্য বা মাংস	এক সের।
লবণ	দেড় তোলা।
হরিদ্রা বাটা	সওয়া তোলা।
ধনে বাটা	পাঁচ তোলা।
গোল মরিচ বাটা	দুই তোলা।
রাঁধুণী বাটা	সওয়া তোলা।
লবঙ্গ বাটা	বারো আনা।
জিরা বাটা	আধ তোলা।
তেজ পাতা বাটা	আধ তোলা।
লঙ্কা বাটা (১)	সওয়া তোলা।
হিঙ্গ (২)	দেড় আনা।
ঘৃত	আধ সের।
দধি	চারি তোলা (৩)
তণ্ডুল বাটা	এক পোওয়া সওয়া তোলা।

মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে, শৌল, চিতল ও রোহিত মৎস্যই তৎকার্য্যের বিশেষ উপযোগী। রোহিত ও চিতল ইত্যাদি মৎস্যের কোমল কোল অর্থাৎ তৈলাক্ত কোমলাংশ শিক প্রস্তুতে ব্যবহৃত হয় না।

সর্ব্ব প্রকার খাদ্য জন্তুর মাংসমাত্রেই শিক প্রস্তুত হইতে পারে।

মাংস কি মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্য কি মাংসগুলি কাটিয়া জলে উত্তমরূপে ধৌত করতঃ পরে এরূপে নিষ্পীড়িত করিতে

(১) ভোক্তাগণ ইচ্ছানুসারে লঙ্কার পরিমাণ অল্প বা অধিক করিতে পারেন।

(২) হিঙ্গ ইচ্ছা করিলে না দিতেও পারেন।

(৩) মৎস্যের সিকে দধি অনাবশ্যক।

হইবে যে, উহার মধ্যে যেন বিন্দুমাত্রও জল থাকিতে না পারে। মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্যগুলি উত্তমরূপে পেষণ করতঃ কণ্টক-গুলি বাছিয়া লইতে হইবে। কিন্তু চিতল মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্য-ভাগ তীক্ষ্ণধার ছুরি দ্বারা চাঁচিয়া কণ্টক ছাড়াইয়া লইতে হইবে। উহা তেমন পেষণ করিবার প্রয়োজন হয় না, কারণ চিতল মৎস্যের মধ্যে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অনেক কণ্টক থাকে; পেষণ করিতে গেলে পেষিত মৎস্যের মধ্যে কণ্টকগুলি থাকিয়া যায়; ছুরি দ্বারা চাঁচিয়া লইলে আর কণ্টক থাকে না। মৎস্যগুলি একটু দোরসা (অর্থাৎ পচা কিন্তু যেরূপ শড়া অখাদ্য সেরূপ নহে) হইলে ছুরি দ্বারা ছাড়াইয়া লইতে সুবিধা হয়। মাংসের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মাংস হইতে উহার মধ্য-ত্বক (পরদা) ও হাড় বাহির করিয়া উত্তমরূপে পেষণ করিতে হইবে।

মৎস্যগুলির কণ্টক ছাড়াইয়া লইয়া এবং মাংসগুলি পেষণ করিবার পর উল্লিখিত পরিমাণ মত লইয়া তাহাতে পূর্ব্বলিখিত উপকরণ সকলের মধ্যে ঘৃতমাত্র একতোলা ও অন্যান্য সমস্ত উপকরণ মিশ্রিত করিয়া উত্তমরূপে ছানিতে হইবে। যখন বোধ করিবে যে, সমস্ত উপকরণগুলি মৎস্যের কি মাংসের সহিত উত্তমরূপে মিশিয়া গিয়াছে, তখন ঐ মিশ্রি পদার্থকে অর্দ্ধ হস্ত পরিমিত লম্বা ও ৬॥ সাড়ে ছয় ইঞ্চি পরিধি পরিমিত স্থূল করিয়া কতকগুলি দণ্ডরূপে পরিণত কর। ঐ দণ্ড প্রস্তুত করিবার অবসরে জল উষ্ণ হইতে পারে, এজন্য একটী পাক-পাত্র জল সহ পূর্ব্বেই উনানে চড়াইয়া রাখ।

দণ্ডগুলি প্রস্তুত হইলে পরে, ঐ জল যখন ফুটিতে থাকিবে, তখন ঐ দণ্ডগুলি আস্তে আস্তে ছাড়িয়া দিয়া অপর একটী পাত্র দ্বারা পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যদি ইহা মৎস্যের শিক হয় তবে অর্দ্ধ ঘণ্টা আর মাংসের শিক হইলে দেড় ঘণ্টা কাল জলে ঐ দণ্ডগুলি সিদ্ধ করিতে হইবে। নিরূপিত কাল অতীত হইলে নামাইয়া শীতল হওয়া পর্য্যন্ত অপেক্ষা কর। এই অবস্থায় দণ্ডগুলিকে দুই তিন দিন পর্য্যন্ত রাখা যাইতে পারে, কখনও নষ্ট হয় না। শীতল হইলে দণ্ডগুলিকে

এক অঙ্গুলি পুরু করিয়া ছুরি দ্বারা কাটিয়া লও। পরে আধ সের ঘৃতের বাকী অবশিষ্ট রহিয়াছে, তাহা জ্বালে চড়াইয়া বেশ পাকিয়া আসিলে, তাহাতে ঐ সকল কর্ত্তিত খণ্ড ছাড়িয়া দিয়া মৃদুতাপে বাদামী রঙ ধরা পর্য্যন্ত ভাজিয়া নামাইয়া ভাল ঘৃত কি মাখনের মধ্যে ডুবাইয়া রাখ। ঈষদুষ্ণ থাকিতে তুলিয়া আহার করিয়া দেখ, উহার কি সুখ-ময় আস্বাদ।

মৎস্যের গুল্‌গুলি তৈয়ার করিবার প্রণালী ও উপকরণ প্রায় একই রকম, তবে যে সামান্য বিভিন্নতা আছে তাহারও বিবরণ এস্থলে লিখিত হইল।

মৎস্যের মধ্যে চিতল মৎস্যের গুল্‌গুলিই উত্তম। উহা প্রস্তুত করিতে হইলে পূর্ব্ববৎ ছুরি দ্বারা মৎস্য কণ্টক হইতে বিভিন্ন করিয়া লইতে হইবে।

যে সকল উপকরণ শিক প্রস্তুতের জন্য উল্লেখ করা হইয়াছে, ইহাতেও ঠিক সেই সকল দ্রব্য সেই পরিমাণ আবশ্যক করে। কণ্টক-শূন্য মৎস্যের সহিত উল্লিখিত পরিমাণ জিনিষ সকল মিশ্রিত করিয়া বেশ করিয়া ছানিয়া লও। পরে সুপারির মত গোলাকার করিয়া পিণ্ড প্রস্তুত কর। তৎপরে অবশিষ্ট ঘৃতে মৃদু তাপে বাদামী রঙ ধরা পর্য্যন্ত ভাজিয়া ঘৃত বা মাখনের মধ্যে ডুবাইয়া রাখ। ঈষদুষ্ণ থাকিতে আহার করিয়া দেখ, উহার কি মুখ-তৃপ্তি-কর আস্বাদ!

শিকের ঝোল প্রস্তুত করিতে হইলে সিদ্ধ করা, মৎস্য বা মাংসের দণ্ড-গুলি এক অঙ্গুলি পরিমাণ পুরু করিয়া ছোট ছোট চৌকা ধরণে কাটিয়া লও। এদিকে একটা পাত্রে এক পোওয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া রাখ। যে সকল উপকরণ প্রথমে শিকের সহিত মিশ্রিত করিয়াছে, তাহার মধ্যে হিঙ্গ, দধি ও তণ্ডুল-বাটা ব্যতীত অন্যান্য সকল উপকরণেরই অর্দ্ধেক পরিমাণ সওয়া সের জলের সহিত ভালরূপে মিশ্রিত কর। এদিকে ঘৃত যখন গাঁজা মরিয়া পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে পাঁচফোড়ন ছাড়িয়া দেও। পাঁচফোড়নগুলি ভাজা হইলে উল্লিখিত মসলা মিশ্রিত জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দিতে থাক। যখন ঐ জল ফুটিতে থাকিবে, তখন তাহাতে মৎস্য কি মাংসের ঐ চতুষ্কোণ খণ্ডগুলি ছাড়িয়া দিয়া ২০ কি ২৫ মিনিট পর্য্যন্ত

জ্বালে রাখ। পরে এক তোলা পরিমিত পিটালী অতি অল্প জলের সহিত গুলিয়া ঝোলে ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া, এক ছটাক ভাল ঘৃত দিয়া আবার একটু নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিয়া দেও। ঈষদুষ্ণ থাকিতে আহার করিয়া দেখিও, উহার স্বাদ কখনও ভুলিতে পারিবে না।

মৌরির ব্যঞ্জন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

বড় পাকা কই মৎস্য	...	...	এক সের।
খাটি সর্ষপ তৈল	...	...	তিন পোয়া।
মৌরি বাটা	...	...	এক পোয়া।
গোলমরিচ বাটা	...	...	চারি তোলা।
হরিদ্রা বাটা	...	...	দেড় তোলা।
পাঁচফোড়ন	...	...	চারি আনা।
ধনে বাটা	...	...	দুই তোলা।
জিরা বাটা	...	...	দুই তোলা।
তেজপত্র বাটা	...	...	এক তোলা।
ছোট এলাচ বাটা	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ বাটা	...	...	আট আনা।
দারুচিনি বাটা	...	...	আট আনা।
লবণ	...	...	তিন তোলা।
ঘৃত	...	...	এক ছটাক।
গরম জল	...	...	এক পোয়া।

প্রস্তুত প্রণালী।

অগ্রে কই মৎস্যগুলির শল্ক অর্থাৎ আঁইস ও মৎস্যের আভ্যন্তরিক অন্ত্র অর্থাৎ নাড়ি ভুঁড়ি পরিষ্কার করতঃ মৎস্যের গাত্রে দুই পার্শ্বে লম্বালম্বী

কিঞ্চিৎ চিরিয়া লও। পরে জলে ধৌত করতঃ একস্থানে রাখিয়া দেও, যেন মৎস্যের গাত্র-সংলগ্ন জল ভালরূপে ঝরিয়া যাইতে পারে।

যে তিন পোয়া তৈল আছে, তাহা হইতে এক পোয়া তৈল পৃথক করিয়া একটী পাত্রে তাহা জ্বালে চড়াও; মৎস্যে আধ তোলা হরিদ্রা বাটা ও লবণ এক তোলা মাখিয়া ঐ তৈলে মৎস্যগুলি বাদামী রঙ না ধরা পর্য্যন্ত ভাজিয়া লও। মৎস্যগুলি উচিত মত ভাজা হইলে, ঐ পাত্র হইতে তুলিয়া রাখ। মৎস্য ভাজিয়া যে কিছু তৈল উদ্বৃত্ত হইবে, তাহাতে অবশিষ্ট তৈল ঢালিয়া দিয়া, পাকিয়া আসিলে তখন তাহাতে পাঁচফোড়নগুলি দিয়া পরে গরম মসলা ব্যতীত সমস্ত মসলা ঐ তৈলের মধ্যে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে নাড়িতে মসলাগুলির ঈষৎ বাদামী রঙ ও সুগন্ধ বাহির হইলে তাহাতে গরম জল ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে থাকিবে। ফুটিতে আরম্ভ হইলে মাছগুলি আস্তে আস্তে তাহাতে ছাড়িয়া দিবে। এবং মাছ ও মসলা যাহাতে পাত্রের নীচে বসিয়া পুড়িয়া না যায়, তন্নিমিত্ত জল শুষ্ক না হওয়া পর্য্যন্ত হাতা বা খুন্তি দ্বারা মধ্যে মধ্যে নাড়িতে থাকিবে, কিন্তু এমন সতর্কভাবে নাড়িতে হইবে যে, মৎস্যগুলি যেন ভাঙ্গিয়া না যায়। জ্বাল দিতে দিতে যখন ঐ জল শুষ্ক হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন গরম মসলা ঘৃত মিশ্রিত করতঃ তাহাতে দিয়া দুই এক মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া, নামাইয়া ঢাকিয়া রাখ;—পরে ঈষদুষ্ণ থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, উহা কেমন উপাদেয় খাদ্য। এই ব্যঞ্জনের প্রধান উপকরণ তৈল ও মৌরি এই জন্য উহার নাম মৌরির ব্যঞ্জন। আর এস্থলে ইহাও জানা আবশ্যক, কোনরূপ অপরিষ্কার উপকরণ ও পাকের ব্যতিক্রম হইলে কদাচ এই ব্যঞ্জন সুখাদ্য হইবে না।

আমরা বিশেষ পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি যে, মৎস্য ভাজা হইলে যে তৈল উদ্বৃত্ত থাকে, তাহার মায়া পরিত্যাগ করিয়া (অর্থাৎ ফেলিয়া দিয়া] অবশিষ্ট অর্দ্ধ সের তৈলে রন্ধন করিলে সমধিক উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে, আর যদ্যপি কেহ পিয়াজ দিতে ইচ্ছা করেন, তাহা হইলে আধ পোয়া মৌরি বাটা ও আধ পোয়া পিয়াজ বাটা দিলে সমধিক উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে।

আলুর ফ্রেঞ্চ চপ্।

উপকরণ ও পরিমাণ।

গোল আলু	...	...	...	আধ সের।
মাংস	...	...	...	এক পোয়া।
পিয়াজ বাটা	...	...	...	দুই ছটাক।
আদা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ছোট এলাচ*	...	...	...	দুই আনা।
দার চিনি	...	...	...	দুই আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
গোল মরিচের গুঁড়া	...	...	...	চারি আনা।
লঙ্কার গুঁড়া	...	...	...	আধ তোলা।
ময়দা	...	...	...	তিন ছটাক।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
ডিম	...	...	...	চারিটা।
জল	...	...	...	আধ সের।

হাড়-শূন্য কোমল মাংস লইয়া উত্তমরূপে থুরিতে থাক। থুরিতে থুরিতে উহা যেন কাদার মত হইয়া আইসে, তখন তাহা হয় হামাম দিস্তায় অথবা শিলে উত্তমরূপে পেষণ করিতে হইবে। উহা সুন্দররূপ পেষিত হইলে, তখন তাহা সিদ্ধ করিতে থাক। জ্বালে যখন জল মরিয়া এবং মাংস সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে, তখন তাহা নামাইয়া রাখ।

---

* ইয়ুরোপে এই রন্ধনে গরম মসলার তত ব্যবহার নাই। কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি যে, গরম মসলা ভিন্ন মাংসাদি আমাদের রসনায় আদরণীয় হয় না। তজ্জন্য ইয়ুরোপীর রন্ধন সম্বন্ধে মসলাদির কিছু কিছু পরিবর্ত্তন করিতে হয়।

এদিকে আলুগুলি সুসিদ্ধ করিয়া নামাইয়া লও। এবং তাহার খোসা ছাড়াইয়া রাখ। কেহ কেহ আলুর খোসা ছাড়াইয়া জলে সিদ্ধ করিয়া থাকেন, কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, অগ্রে খোসা ছাড়াইলে উহার ভিতর জল প্রবিষ্ট হইয়া আস্বাদনের কিছু ব্যতীক্রম করিয়া তুলে। এজন্য খোসা সমেত আলু সিদ্ধ করাই সুপরামর্শ।

এখন আলুগুলি চটকাইয়া পূর্ব্ব রক্ষিত মাংসের সহিত একত্রিত কর এবং তাহাতে যাবতীয় মসলাবাটা ও গুঁড়া মিশাও। অনন্তর ময়দায় এক তোলা ঘৃত মাখাইয়া সেই ময়দা ঐ মাংসে দেও এবং ডিমগুলি ভাঙিয়া তন্মধ্যস্থ শ্বেত ও হরিদ্রাংশ উহার উপর ঢলিয়া দেও। সমুদায় এক সঙ্গে বেশ করিয়া চটকাইতে থাক। উক্তমরূপ চটকান হইলে তাহা একটু কঠিন কর্দ্দমবৎ হইবে। যদি কেহ জলাদির পরিমাণ কিছু বেশী দিয়া উহা তরল অর্থাৎ পাতলা করিয়া ফেলেন, তবে আর দুই একটী আলু সিদ্ধ করিয়া অথবা কিছু ময়দা দিয়া চটকাইয়া লইলে উহা কঠিন হইয়া আসিবে।

এদিকে একখানি চাটু অথবা তদ্ সদৃশ কোন একখানি পাক-পাত্র জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে অল্প মরিমাণে ঘৃত মাখাইয়া লও। অনন্তর ঐ প্রস্তুতী মাংসের এক একটী দলা লইয়া কচুরীর আকারে এক এক-খানি চেপ্টা করিয়া ঐ পাক-পাত্রের উপর স্থাপন কর এবং এক এক পীঠ বাদামী ধরণে ভাজা হইলে তুলিয়া রাখ। এইরূপে সমুদায় গুলি ভাজা হইলে গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, আলুর ফ্রেঞ্চ চপ্ কিরূপ রসনার আদরণীয়।

এই চপ অত্যন্ত সুখাদ্য। আমরা লঙ্কা ও মরিচের যেরূপ পরিমাণ লিখিলাম ভোক্তাগণ স্ব স্ব রসনার রুচি অনুসারে উহার পরিমাণ অল্প বা অধিক করিয়া লইতে পারেন।

কমলা লেবুর পোলাও।

কমলা লেবুর দ্বারা এই পোলাও প্রস্তুত হইয়া থাকে বলিয়া ইহাকে কমলান্ন বা কমলা লেবুর পোলাও কহিয়া থাকে। কমলান্ন রাঁধিবার নিয়ম এক প্রকার নহে। অনেক প্রকার নিয়ম এবং মসলাদির পরিমাণ তারতম্য অনুসারে এই পলান্ন পাক হইয়া থাকে। যত প্রকারে কমলান্ন রন্ধন হইতে পারে, তদ্‌সমুদায় আমরা পাঠকগণের গোচর করিব, অদ্য সেই সকলের মধ্যে একটী নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কমলা লেবুর কোয়া	...	...	...	এক সের।
ঐ রস	...	...	...	আধ সের।
চিনি বা মিছ্‌রি	...	...	...	আধ পোয়া।
চাউল	...	...	...	আধ সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
ছোট এলাচের দানা	...	...	...	দুই আনা।
দারচিনি	...	...	...	দুই আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	এক আনা।
কিস্‌মিস্	...	...	...	আধ পোয়া।
বাদাম	...	...	...	আধ পোয়া।
পেস্তা	...	...	...	আধ পোয়া।
জাফরাণ	...	...	...	চারি আনা।
ক্ষীর	...	...	...	আধ পোয়া।
লবণ	...	...	...	এক তোলা।
জল	...	...	...	এক সের।

প্রথমে এক ছটাক ঘৃতে বাদাম ও পেস্তা ভাজিয়া লও। পরে তাহাতে কিস্‌মিস্‌গুলি ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। অনেকে বাদাম ও পেস্তার সহিত কিস্‌মিস্ ভাজিয়া থাকেন্ কিন্তু তাহাতে একটী দোষ

হয় যে, বাদাম ও পেস্তা ভাজিবার জন্য যে সময় পর্য্যন্ত আগুণে রাখিতে হয়, সে সময় অবধি রাখিলে কিস্‌মিস্ পুড়িয়া উঠে। কিস্‌মিস্ ভাজার পর ঐ পাক-পাত্রে পুনর্ব্বার আধ পোয়া ঘৃত চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে গরম মসলাগুলি ছাড়িয়া দিয়া আধভাজা হইলে চাউল গুলি ঢালিয়া দেও। পোলাওয়ের চাউল প্রভৃতি যেরূপ নিয়মে প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়, তাহা ইতিপূর্ব্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে. সুতরাং তাহা বারবার উল্লেখ করা অনাবশ্যক। ঘৃতে চাউল ঢলিয়া দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে হইবে। এবং দুই একটী চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইলে ক্রমে ক্রমে লেবুর রস খাওয়াইতে থাক। রস খাওয়ানর পর গরম জল ও লবণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেও। পোলাওয়ে যে মৃদু তাপ দিতে হয়, তাহা বোধ হয় সকলেই অবগত আছেন। যখন দেখা যাইবে যে, চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিবার উপক্রম হইয়াছে, তখন তাহাতে লেবুর কোয়া, বাদাম, পেস্তা, কিস্‌মিস, ক্ষী[র] এবং চিনি প্রভৃতি আর অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত তাহাতে ঢালিয়া দিয়া অল্পক্ষ[ণ] দমে রাখিয়া নামাইয়া লও, কমলান্ন প্রস্তুত হইল। কমলান্ন এ[ক] প্রকার মিষ্ট বা মিঠা পোলাও। উহা অত্যন্ত সুখাদ্য। লেবুর দো[ষে] আবার পোলাওয়ের আস্বাদন ভাল মন্দ হইয়া থাকে। লেবু যত উৎকৃষ্ট হইবে, কমলান্নও যে সেই পরিমাণে রসনা-তৃপ্ত-কর হইয়া থাকে, তাহ[া] বলা বাহুল্য।

বাগবাজারের রসগোল্লা।

রসগোল্লার পাক অতি সহজ, একটু মনোযোগের সহিত চেষ্টা করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা প্রস্তুত করিতে পারেন। রসগোল্লা প্রস্তুত সম্বন্ধে নানা প্রকার গল্প শুনিতে পাওয়া যায়। ফলতঃ কোন্ সময়ে এবং কাহা দ্বারা যে, এই উপাদেয় মিষ্ট দ্রব্য পাকের ব্যবস্থা প্রকাশিত হইয়াছে, তাহা জানিবার কোন উপায় নাই। তবে রাজা রাজবল্লভ বাহাদুরের

দ্বারা যে, ইহা প্রথম প্রকাশিত হয় এই জনশ্রুতি সচরাচর শুনিতে পাওয়া যায়। সে যাহা হউক যেরূপ নিয়মে বাগবাজারে রসগোল্লা প্রস্তুত হইয়া থাকে, নিম্নে তাহার বৃত্তান্ত লিখিত হইতেছে। চিনি ও ছানা যে পরিমাণে উৎকৃষ্ট হইবে, রসগোল্লাও যে, সেই পরিমাণে উপাদেয় হইবে, ইহা সকলেরই মনে রাখা উচিত।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ছানা	এক সের।
চিনির রস একতারবন্দ	এক সের।
ছোট এলাচের গুঁড়া	চারিটার।
গোলাপী আতর	চারি ফোটা।

এক সের ছানার রসগোল্লা এক সের রস দ্বারা প্রস্তুত হইয়া থাকে, কিন্তু অল্প রসে উহা গা মেলিয়া ভাসিতে পারে না। এজন্য চারি সের রসে পাক করিলেই সমধিক উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে। পাকের পর ঐ অতিরিক্ত রস দ্বারা অন্যান্য মিষ্ট দ্রব্য পাক হইতে পারে। এক্ষণে পাঠকগণ সহজেই বুঝিতে পারিতেছেন যে, যে পরিমাণ ছানার রসগোল্লা পাক্ করিতে হইবে, তাহার চারিগুণ রস লইয়া পাক করিলেই ভাল হয়। প্রথমে চিনির রস প্রস্তুতের নিয়মানুসারে একতার বন্দের রস প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে। রস কড়া হইলে, তদ্দ্বারা রসগোল্লা ভাল হইবে না। ভিতর কাঁচা থাকে এবং ভাঙিয়া যায়। এজন্য নরম গোছের রসই রসগোল্লার পক্ষে প্রশস্ত।

রসগোল্লার পক্ষে টাট্‌কা ছানাই উত্তম। ছানার দোষে যে উহা মন্দ হইয়া থাকে, ইহা বোধ হয় সকলেই অনায়াসেই বুঝিতে পারেন। কারণ ছানাই রসগোল্লার প্রধান উপাদান, সুতরাং তাহা খারাপ হইলে যে, সমুদায় চেষ্টা এবং ব্যয় বৃথা হইবে, ইহা স্থির কথা। টাট্‌কা নিরেট ছানা লইয়া রসগোল্লা প্রস্তুত করিতে হয়। অর্থাৎ উহাতে যেন জল না থাকে এবং নরম অর্থাৎ থস্‌থসে না হয়। ছানা প্রথমতঃ একখানি পাটা বা বারকস্ প্রভৃতির উপর রাখিয়া তাহার উপর একটী ভারি দ্রব্য

চাপাইয়া রাখিলে সমুদায় জল নির্গত হইয়া যাইবে। অনন্তর সেই ছানা উত্তমরূপ চট্‌কাইতে হইবে। অজ্ঞ ময়রাগণ এই সময় কেহ কেহ উহাতে অল্প পরিমাণ সবেদা দিয়া থাকে। কিন্তু উহাতে রসগোল্লা অতি জঘন্য হইয়া উঠে, তাহা যেন মনে থাকে। ফলকথা ছানায় কিছুই মিশা-ইবার প্রয়োজন হয় না। এখন ঐ মর্দ্দিত ছানা লইয়া এক একটী গোল গোল রসগোল্লা গড়িতে হইবে। ইচ্ছা হইলে উহা যে, ছোট কিম্বা অপেক্ষা-কৃত বড় করিতে পারা যায়, তাহা বোধ হয়, বলিয়া না দিলেও সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। এই সময় আর একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক। বাগবাজার প্রভৃতি স্থান সমূহে অর্থাৎ কলিকাতার মধ্যে যে যে স্থানে ভাল রসগোল্লা প্রস্তুত হইয়া থাকে, সেই সেই স্থানের ময়রারা উহার ভিতর এক প্রকার পূর দিয়া থাকে। ক্ষীরের সহিত ছোট এলাচের গুঁড়া ও গোলাপী আতর মিশাইয়া তদ্বারা পূর প্রস্তুত করিয়া অথবা মাঝারি গোছের সন্দেশ অর্থাৎ যাহাতে ছানার ভাগ কম এরূপ সন্দেশের সহিত ছোট এলাচের গুঁড়া ও দুই এক ফোটা আতর মিশাইয়া অল্প পরিমাণে পূর দিয়া রসগোল্লা গড়াইতে হইবে। ছানার ভাগ কম এরূপ সন্দেশ দ্বারা পূর দেওয়ার কারণ এই যে, উহা পাকে গলিয়া যায় এবং আহারের সময় বোধ হয় রসগোল্লার মধ্যে এক প্রকার রস সঞ্চিত থাকে। বিশেষতঃ সেই সুমিষ্ট রস হইতে আবার সুগন্ধ বাহির হইতে থাকে এবং পরে রসগোল্লাতে গোলাপী আতর দিলে উহার আস্বাদন এবং সুঘ্রাণ যে ভোক্তাদিগের কতদূর রসনার আনন্দ-বর্দ্ধক হইয়া উঠে, তাহা লিখিয়া বুঝাইয়া দিতে হয় না। পল্লীগ্রাম প্রভৃতি যে যে স্থানে গোলাপী আতর পাওয়া না যায়, তথায় কেবলমাত্র ছানার দ্বারা লিখিত নিয়মে পাক করিলেও উত্তম রসগোল্লা প্রস্তুত হইবে। তবে উহা যে বাগবাজারের রস গোল্লার ন্যায় হইবে না তাহা বলা বাহুল্য।

এখন উল্লিখিতরূপ পূর দিয়া রসগোল্লাগুলি গড়াইয়া পরিস্কৃত কলা পাতা বা অন্য কোন পাত্রে পৃথক পৃথক করিয়া স্থাপন কর, পরস্পর মিশামিশি হইলে ভাঙিয়া যাইবার সম্ভব।

যখন সমুদায় রসগোল্লা গড়া হইবে, তখন পাক-পাত্রে করিয়া চিনির রস জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা ফুটিয়া উঠিতে উঠিতে প্রস্তুত করা রসগোল্লা গুলি আস্তে আস্তে উহাতে ছাড়িয়া দেও। মৃদু জ্বালে উহা পাক হইতে থাকিবে এবং মধ্যে মধ্যে তাহাতে শীতল জল ছিটাইয়া দিতে হইবে। রসে রসগোল্লা দিলে প্রথমে উহা ভাসিতে থাকিবে এবং সুপক্ক হইয়া আসিতে আরম্ভ হইলে উহা ডুবিয়া যাইবে। রসগোল্লার পাক শেষ হইয়াছে কি না তাহা জানিতে হইলে জ্বাল হইতে একটী রসগোল্লা তুলিয়া কাঁচা রসে ডুবাইয়া দিলে, তাহা যদি তুবড়াইয়া যায়, তাহা হইলে উহা কাঁচা আছে, মনে করিতে হইবে সুতরাং পুনর্ব্বার তাহাতে অল্প শীতল জল দিয়া জ্বাল দিতে হইবে। শীতল জল পড়িলে উহা পুনর্ব্বার ভাসিতে থাকিবে। লিখিতরূপ পরীক্ষায় যতক্ষণ পর্য্যন্ত দেখা যাইবে, কাঁচা রসে ডুবাইয়া রাখিলে উহা তুবড়াইয়া যায়, ততক্ষণ উহা জ্বালে রাখিতে হইবে এবং মধ্যে মধ্যে কাঁচা জল দিয়া রস পাতলা রাখিতে হইবে, রস যেন কড়া না হয়, তাহা পাচকের বেশ [illegible]নে রাখা উচিত।

অনন্তর পরীক্ষায় যখন দেখা যাইবে, উহা আর তুবড়াইতেছে না এবং জ্বালে যে রসগোল্লা আছে, তাহা রসের উপর না ভাসিয়া নীচে পড়িয়াছে, তখন তাহা নামাইয়া লইলেই রসগোল্লা পাক হইল। টাটকা অবস্থা অপেক্ষা একটু রস বসিলে উহা খাইতে অতি সুখাদ্য। এজন্য বিলম্ব করিয়া আহার করা ভাল। উহা শীতল হইলে তাহাতে গোলাপী আতর দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই গোলাপী রসগোল্লা প্রস্তুত হইল।

এদেশে ভিন্ন ভিন্ন স্থানে যে ভিন্ন ভিন্নরূপ রসগোল্লা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহার দুইটী কারণ দেখিতে পাওয়া যায়। অর্থাৎ সকল স্থানে উহার পাকের নিয়ম জানে না এবং ভালরূপ উপকরণও সংগ্রহ হইয়া উঠে না। কলিকাতায় রসগোল্লা যেরূপ পরিষ্কার ও রঙদার এবং উত্তম আস্বাদনের হইয়া থাকে, তাহার কারণ এখানে পাকের নিয়ম জানে এবং

চিনি প্রভৃতি উত্তমরূপ পাওয়া যায়। ভাল রকম উপকরণ লইয়া লিখিত নিয়মে পাক করিয়া দেখিবেন, সর্ব্বত্রই বাগবাজারের রসগোল্লার ন্যায় মনোহর রসগোল্লা প্রস্তুত হইবে।

পেঁপের মোহনভোগ।

সুপক্ক পাপিয়া বা পেঁপে একে অতি উপাদেয় ফল, তদ্দ্বারা আবার মোহনভোগ প্রস্তুত করিলে, উহা যে, সমধিক উপাদেয় হইবে, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই। পাকা পেঁপের মোহনভোগ অনেকেই আহার করেন নাই। এজন্য আমাদের অনুরোধ উহা একবার আহার করিয়া দেখেন কিরূপ সুখাদ্য। বিশেষতঃ রোগীদিগের পক্ষে এই মোহনভোগ অতি সুপথ্য; রোগীরা রোগ যন্ত্রণায় সকল প্রকার খাদ্যে এক প্রকার অরুচি প্রকাশ করিয়া থাকে এবং রোগবৃদ্ধির ভয়ে তাহাদিগকে কোন প্রকার ভাল পথ্য দিতেও আশঙ্কা হয়। কিন্তু পেঁপের মোহনভোগ অনায়াসেই পথ্যের ব্যবস্থা করিতে পারা যায়। এই খাদ্য দ্বারা কোন প্রকার অনিষ্টের সম্ভাবনা নাই বলিয়া হোমিওপ্যাথিক বিজ্ঞ চিকিৎসকগণ পর্য্যন্তও পথ্য দিয়া থাকেন।

অতি সুপক্ক পেঁপে দ্বারাই উত্তম মোহনভোগ হইয়া থাকে। প্রথমতঃ পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া তাহা চিরিয়া ফালি ফালি করিতে হয়। অনন্তর তাহার মধ্যস্থ বিচি ফেলিয়া দিয়া তাহা চট্‌কাইয়া পরিষ্কৃত সোরু নেকড়ায় ছাঁকিয়া লইলে ভাল হয়। ছাঁকিবার অসুবিধা হইলে পেঁপেতে যে সকল শিরা অর্থাৎ সূত্রবৎ আঁশ থাকে, তৎসমুদায় বেশ করিয়া বাছিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। অনন্তর একটী পাক-পাত্রে অল্প পরিমাণ মাখন কিম্বা ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ পেঁপে ঢালিয়া দিয়া খুন্তি দ্বারা নাড়িতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ নাড়া চাড়ার পর তাহাতে দুগ্ধ ও চিনি কিম্বা মিছরি দিয়া নাড়িতে হইবে। মৃদু জ্বালে অল্প-ক্ষণ নাড়িয়া চাড়িয়া যখন দেখা যাইবে, বেশ লপেট গোছের হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহা উনান হইতে নামাইয়া লইলেই পেঁপের মোহনভোগ প্রস্তুত হইল।

কল আটি বা তাল আটির মোরব্বা।

তাল আটির ভিতর যে শাঁস থাকে, তাহা বেশ সুখাদ্য। অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, বৈদ্যগণ রোগীদিগকে পথ্যরূপে উহা আহারে ব্যবস্থা করিয়া থাকেন। বাস্তবিক অল্প পরিমাণ তাল আটির শাঁস আহার করিলে কোন প্রকার অপকার হয় না।

লোকে সচরাচর তাল আটির শাঁস আহার করিয়া থাকেন, কিন্তু তদ্বারা যে, এক প্রকার রসনা-তৃপ্তি-কর উৎকৃষ্ট মোরব্বা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা অনেকেই অবগত নহেন। আমরা অদ্য পাঠকগণকে এই নূতন খাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত করিবার নিয়ম শিক্ষা দিব। আমাদের বিশেষ অনুরোধ সকলে যেন, উহা একবার প্রস্তুত করিয়া দেখেন, তাল আটির মোরব্বা কেমন সুখাদ্য।

সুপক্ক তাল আটি মাটিতে ফেলিয়া রাখিলেই তাহা হইতে কল নির্গত হইয়া থাকে। ঐ আটি একটু অধিক মাটী চাপা দিয়া রাখিলেই ভাল হয়। কারণ একটু অধিক মাটীর ভিতর থাকিলে আটিস্থ শাঁসে বেশ রস সঞ্চার হইতে পারে। শাঁস রসাল হইলে তাহা অতি সুখাদ্য হইয়া থাকে। সচরাচর আশ্বিনের শেষ হইতে কার্ত্তিক ও অগ্রহায়ণের মধ্যেই প্রায় সমুদায় আটিতে শাঁস সঞ্চার হইয়া থাকে।

উহার মোরব্বা করিতে হইলে আটির ভিতর হইতে শাঁসটী গোটা অর্থাৎ আস্ত তুলিতে পারিলে ভাল হয়। উহা কাটিয়া খণ্ড খণ্ড হইলে মোরব্বার পক্ষে তত সুখাদ্য হয় না। কারণ ঘৃতে ভাজিলে তাহা ফুলিয়া উঠে না। অধিকন্তু তুবড়াইয়া যায়। সুতরাং তাহার মধ্যে ভাল রকম রস প্রবেশ করিতে পারে না।

গোটা শাঁসটী জলে না ধুইয়া পরিষ্কৃত শুষ্ক নেকড়া দ্বারা পুঁছিয়া লওয়া আবশ্যক, জলে ধুইলে মিষ্টতা কমিয়া কিছু পান্সা হইবার সম্ভব। এখন শাঁসের পরিমাণ অনুসারে ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে। এস্থলে একটী কথা মনে রাখা উচিত, পরিষ্কার গাওয়া ঘৃত হইলেই ভাল হয়, আর ঐ

ঘৃত একটু অধিক হইলেই উত্তম, কারণ শাঁসগুলি ভাসা ঘৃতে ভাজিতে পারিলে তাহা ফুলিয়া উঠে। উহা অধিক কড়া করিয়া না ভাজিয়া সামান্যরূপ ভাজিতে হইবে।

এদিকে চিনির এক তার বন্দের রস জ্বালে চড়াইয়া তাহা ফুটিয়া আসিলে, তাহাতে ভর্জ্জিত শাঁসগুলি ঢালিয়া দিয়া মধ্যে মধ্যে নাড়িতে থাক। এবং অন্যান্য মোরব্বার ন্যায় পাক হইলেই নামাইয়া লও। কেহ কেহ আবার নামাইয়া তাহাতে উপযুক্ত পরিমাণ ছোট এলাচের গুঁড়া এবং সামান্যরূপ কর্পূর দিয়া থাকেন। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি কর্পূর না দিয়া ছোট এলাচের গুঁড়া এবং দুই এক বিন্দু গোলাপী আতর দিলে উহা সমধিক সুখাদ্য হইয়া থাকে। ফলতঃ রুচি অনুসারে উহা দেওয়া ব্যবস্থা। টাট্‌কা মোরব্বা অপেক্ষা একটু বাসী হইলেই আহারে বেশ সুখাদ্য হইয়া থাকে, কারণ অধিকক্ষণ রসে থাকিলে উহার মধ্যে রস প্রবিষ্ট হইয়া উহা ছানাবড়ার ন্যায় সুখাদ্য হয়।

এই মোরব্বা রোগীদিগকে পর্য্যন্ত পথ্যরূপে ব্যবস্থা করিতে পারা যায়। তবে রোগীদিগের খাদ্যে মসলাদির পরিমাণ যত না হয়, ততই ভাল।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্রমতে তালআটির গুণ—মধুর, মূত্র-কারক ও শীতল-গুণবিশিষ্ট এবং গুরু।

ডিমের মলিদা।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	...	...	এক সের।
ঘৃত বা মাখন	...	...	...	আধ পোয়া।

(১) তদস্থিমজ্জগুণাঃ—মধুরত্বং মূত্রলত্বং শীতলত্বং গুরুত্বঞ্চ।

মধু	...	...	...	ছয় তোলা ।
চিনি	...	...	...	এক পোয়া ।
ডিম	...	...	...	তিনটা ।

মিহি ময়দায় ডিমগুলি ভাঙিয়া তন্মধ্যস্থ শ্বেতাংশ মাখিয়া বেশ করিয়া দলিতে থাক। অনন্তর জল সংযোগে ঐ ময়দা দ্বারা রুটী নির্ম্মাণ করতঃ ঘুঁটের অগ্নিতে পাক কর। পরে তাহা চূর্ণ করিয়া মধু ও ঘৃত বা মাখন মাখাইয়া আহার করিয়া দেখ, ডিমের মলিদা কিরূপ খাদ্য। এই খাদ্য বঙ্গদেশে চলিত নাই, উত্তর পশ্চিমাঞ্চলের মধ্যে অনেক স্থানে ব্যবহার দেখিতে পাওয়া যায়।

ডিমের মলিদা সকলের রসনায় আদরণীয় হইতে না পারে, কারণ খাদ্য দ্রব্য রুচি অনুসারে উহার উপাদেয়তা অনুভূত হইয়া থাকে, তবে মলিদা সম্বন্ধে এই পর্য্যন্ত বলিতে পারা যায়, উহা অত্যন্ত রসনা-তৃপ্তি-কর হউক বা না হউক কিন্তু এই খাদ্য যে, অত্যন্ত পুষ্টি-কর তাহাতে আর মতভেদ নাই।

হিন্দুগণ হংস ডিম্ব এবং মুসলমান প্রভৃতি মুরগীর ডিমের দ্বারা পাক করিতে পারেন।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্রমতে মধুর গুণ—শীতল, মৃদু, স্বাদু, ত্রিদোষ ও ব্রণ-নাশক, কষায়-রসযুক্ত, রূক্ষ, চক্ষুর দীপ্তি-কারক এবং শ্বাস ও কাস-নাশক।

বাদামের রুটী।

বাদাম দ্বারা এই রুটী প্রস্তুত হইয়া থাকে, তজ্জন্য উহার নাম বাদামের রুটী হইয়াছে। যে নিয়মে এই রুটী প্রস্তুত করিতে হয়, পাঠকগণ তাহা পাঠ করুন।

(১) শীতত্বং মৃদুত্বং স্বাদুত্বং ত্রিদোষব্রণনাশিত্বং
কষায়ানুরসত্বং রূক্ষত্বং চক্ষুষ্যত্বং শ্বাসকাসনাশিত্বঞ্চ।
ইতি রাজবল্লভঃ।

বাদাম	...	...	...	আধ পোয়া।
*মিছরির রস (একতার বন্দ)		...	..	আধ পোয়া।
ঘৃত বা মাখন	...	...	...	তিন তোলা।
ডিম	...	...	...	একটা।

প্রথমে বাদামগুলি ভাঙিয়া তাহার আবরণ অর্থাৎ খোলা ফেলিয়া দিয়া শস্যগুলি পরিষ্কৃত জলে ভিজাইয়া রাখ। অনন্তর তাহার গা হইতে খোসা ছাড়াইয়া উত্তমরূপে বাটিয়া লও। এখন মিছ্‌রির রসে ঐ বাদাম বাটা মিশাইয়া খুব নাড়িতে থাক। নাড়িতে নাড়িতে উহা ঘন হইয়া আসিলে তাহা একটী পাক-পাত্রে করিয়া মৃদু জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে ডিমের শ্বেতভাগ ও ঘৃত দিয়া নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে, উহা গাঢ় হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহা নামাও। অনন্তর শীতল হইলে তদ্দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র রুটী প্রস্তুত করিয়া এক একখানি মোটা কাগজের উপর রাখিয়া কাগজ সহ একখানি পিতলের থালা অথবা অন্য কোন চেতলা পাত্রে স্থাপন কর। এইরূপে সমুদায় গুলি স্থাপন করা হইলে আর একটী পাত্র দ্বারা ঐ রুটী ঢাকিয়া দেও। এখন কয়লার (কাঠের) আগুন ঐ পাত্র দুইখানির নীচে ও উপরে দিয়া অল্প অল্প বাতাস দিতে থাক, দেখিবে সেই উত্তাপে উত্তম ছোট ছোট রুটী প্রস্তুত হইয়াছে।

এক্ষণে এই বাদামের রুটী আহার করিয়া দেখ কিরূপ রসনার আনন্দ-দায়ক।

আমরা এই প্রস্তাবে বাদামের রুটী প্রস্তুত সম্বন্ধে যে পরিমাণ উপকরণ উল্লেখ করিলাম, পাঠক ও পাঠিকাগণ স্ব স্ব প্রয়োজন ও ইচ্ছানুসারে পরিমাণের হ্রাস বৃদ্ধি করিয়া লইতে পারেন।

---

* অভাবে চিনির রস।

মান-মণ্ড।

বৈদ্য-শাস্ত্র মতে মান-মণ্ড এক প্রকার পথ্য বা ঔষধ মধ্যে পরিগণিত। যে নিয়মে উহা পাক করিতে হয়, তাহার বৃত্তান্ত নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মানকচুর গুঁড়া	...	...	...	এক তোলা।
পুরাতন আতপ চাউলের গুঁড়া		...	...	দুই তোলা।
দুগ্ধ	...	...	...	একুশ তোলা।
জল	...	...	...	একুশ তোলা।
মিছরি	...	...	...	আবশ্যক মত।

প্রথমতঃ মানকচু লম্বাভাবে চিরিয়া কুরুনি দ্বারা তাহার ভিতরের শাঁস কুরিয়া লইতে হইবে। অনন্তর তাহা রৌদ্রে শুষ্ক করিয়া শিলে বাটিয়া গুঁড়া করিলেই মানকচুর গুঁড়া প্রস্তুত হইল।

মানমণ্ডের জন্য আতপ চাউল যত পুরাতন ও মিহি হয়, তাহাই সর্ব্বোৎকৃষ্ট। কারণ উহা রোগীর পক্ষে যখন ব্যবহার হইয়া থাকে, তখন নূতন চাউল হইলে পীড়া বৃদ্ধি করিয়া তুলে। এজন্য লিখিতরূপ চাউল সংগ্রহ করা আবশ্যক। চাউল গুলি পরিষ্কৃত করিয়া উত্তমরূপ গুঁড়া করিয়া লইতে হইবে।

নির্জ্জলা দুগ্ধই মানমণ্ডের পক্ষে সম্পূর্ণ প্রশস্ত; কারণ যে সকল রোগে এই পথ্য ব্যবহার হইয়া থাকে, তাহাতে জল অত্যন্ত অপকারী, এজন্য খাটি গো-দুগ্ধ ভিন্ন অন্য কোন প্রকার দুগ্ধে উহা প্রস্তুত করা উচিত নহে।

লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিয়া একটী পরিষ্কৃত পাক-পাত্রে দুগ্ধ জ্বালে চড়াইতে হয় এবং উহার এক বলক উঠিলে তাহাতে কচুর গুঁড়া দিয়া আস্তে আস্তে নাড়িতে হইবে। এদিকে লিখিত জলে চাউলের গুঁড়া গুলিয়া ঐ দুগ্ধে ঢালিয়া দিতে হইবে। চাউলের গুঁড়া জলে না গুলিয়া অমনি ঢালিয়া দিলে চাপ বাঁধিয়া উঠে। সুতরাং জলে গুলিয়া দেওয়াই

ভাল। চাউলের গুঁড়া দিয়া আস্তে আস্তে নাড়িতে হইবে। অনন্তর তাহাতে আবশ্যক মত মিছ্‌রি দিয়া নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখিবে, উহা সুজির পায়সের মত হইয়া উঠিবে, তখন তাহা নামাইয়া লইলেই মান-মণ্ড পাক হইল।

মান-মণ্ডের পরিমাণ অধিক কিম্বা অল্প করিতে হইলে লিখিত পরিমাণানুসারে মাত্রা অধিক বা অল্প করিয়া লইতে হয়।

এই খাদ্য কেবল যে, রোগীর পথ্য এরূপ নহে, উহা মোহনভোগের ন্যায় আহারে উত্তম সুখাদ্য অথচ অত্যন্ত উপকারী। প্রতি গৃহস্থেরই এই খাদ্য দ্রব্য পাকের নিয়ম জানিয়া রাখা আবশ্যক। কারণ আমরা অনেক স্থানে দেখিয়াছি, চিকিৎসকগণ রোগীর জন্য উহা পথ্য ব্যবস্থা করিলে অনেকেই রন্ধন করিতে অসমর্থ হইয়া থাকেন। এরূপ সহজ রন্ধনে অপটু থাকা অতীব দুঃখের বিষয়।

বৈদ্যক-শাস্ত্র সমূহে মান-মণ্ডের বিস্তর গুণ লিখিত আছে। বিশেষতঃ আমাশয়, গ্রহিণী প্রভৃতি উদরাময় রোগে এবং শোথের অবস্থায় উহা যার-পর-নাই উপকারী পথ্য।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্রমতে মানকচুর গুণ—স্বাদু, শীতল, গুরু, শোথ-হারক এবং কটু।

কতবেলের চাট্‌নি।

এই চাট্‌নি যার-পর-নাই মুখ-প্রিয়। বিশেষতঃ যাহাদিগের অরুচি থাকে, ইহা আহারে তাহাদিগের রুচি জন্মায়। পোলাও এবং মিষ্টদ্রব্য আহারে যখন রসনা জড়িত হইয়া আইসে, তখন এই চাট্‌নি আহার করিলে জিহ্বার সমুদায় ভাব পরিবর্ত্তন হইয়া থাকে। যে নিয়মে এই উপাদেয় চাট্‌নি রন্ধন করিতে হয়, এক্ষণে তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কতবেলের শাঁস (পাকা)	...	...	...	এক পোয়া।
দধি	...	...	... ...	এক পোয়া।

(১) স্বাদুত্বং শীতত্বং গুরুত্বং শোথহরত্বং কটুত্বঞ্চ। ইতি রাজবল্লভঃ।

চিনি	আধ পোয়া।
কিস্‌মিস্ (১)	আধ পোয়া।
ছোট এলাচের দানা	এক আনা।
গোটা সরিষা	দুই আনা।
সরিষা বাটা	আট আনা।
হরিদ্রা বাটা (২)	চারি আনা।
ঘৃত	আধ তোলা।
লবণ	এক তোলা।
জল	এক পোয়া।

পাকা কত্তবেল ভাঙিয়া তাহার ভিতরের শাঁস বা মাড়ি বাহির করিয়া লও। পরে তাহাতে জল দিয়া চটকাইতে থাক, উহা জলের সঙ্গে বেশ মিশিয়া গেলে, তখন তাহাতে দধি, চিনি, লবণ হরিদ্রা বাটা এবং সরিষা বাটা মিশ্রিত কর। এখন একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় এই মিশ্র পদার্থ ছাঁকিয়া লও। ঐ সকল এক সঙ্গে মিশাইবার কারণ এই যে, ময়লা প্রভৃতি যাবতীয় অপরিষ্কার-জনক পদার্থ চাট্‌নির সহিত মিশ্রিত হইতে পারিবে না। প্রস্তর কিম্বা মাটীর পাত্রে যে, এই মিশ্র পদার্থ রাখিতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে; কারণ কোন ধাতু পাত্রে উহা রাখিলে আস্বাদনের ব্যতিক্রম ঘটিবার সম্পূর্ণ সম্ভব।

এখন একটী হাঁড়ি (মাটীর) জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দেও।

যখন দেখিবে উহা পাকিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে গোটা সরিষা

(১) উহার অভাবেও হইতে পারে, তবে কিস্‌মিস্ দ্বারা রন্ধন করিলে আরও সুস্বাদু হইয়া থাকে।

(২) জাফরাণ দিলে আরও ভাল হয়। কিন্তু কেহ কেহ আবার রংদার চাট্‌নি পছন্দ করেন না, সুতরাং তাঁহারা হরিদ্রা এবং জাফরাণ পরিত্যাগ করিয়া রন্ধন করিতে পারেন।

ছাড়িয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ অন্য একটী পাত্র দ্বারা ঢাকিয়া দেও এবং যখন সমুদায় সরিষার চট্ চট্ ফোটা শব্দ শেষ হইয়া আসিবে, তখন ঢাকনিখানি খুলিয়াই পূর্ব্বপ্রস্তুত কতবেলগোলা তাহাতে ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার উহার মুখ ঢাকিয়া রাখ। একবার ফুটিয়া উঠিলেই ঢাকনি খুলিয়া একবার বেশ করিয়া সমুদায় অম্ল নাড়িয়া চাড়িয়া দেও। দুই একবার ফুটিয়া উঠিলেই উহা গাঢ় আকারে উপস্থিত হইবে। এখন উনান হইতে পাক-পাত্রটী নামাইয়া ঢাকিয়া রাখ। পরিবেশনকালে ঢাকনি খুলিয়া পুনর্ব্বার নাড়িয়া চাড়িয়া ভোক্তাদিগকে আহার করিতে দেও। এই চাট্‌নি যে কি প্রকার রসনা-তৃপ্তি-কর তাহা ভোক্তাদিগের নিকট পরিচয় লও।

পাকা কতবেলের ন্যায় কাঁচা কতবেল দ্বারাও অতি উপাদেয় চাট্‌নি প্রস্তুত হইয়া থাকে। কতবেল পাকা হইলে তাহার সৌগন্ধে চাট্‌নির যে এক প্রকার প্রলোভন শক্তি জন্মে, কাঁচাতে তাহা হয় না।

সংস্কৃত ভাষায় কতবেলকে কপিত্থ কহিয়া থাকে।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্রমতে কাঁচা কতবেলের গুণ—অম্লরসযুক্ত, উষ্ণ, কফনাশক, বায়ুবর্দ্ধক, জিহ্বার জড়তা ও কণ্ঠ-রোগ-সঞ্চারক এবং ত্রিদোষ-কারক, বিষাক্রান্ত রোগীর পক্ষে উপকারী এবং রুচি-কর।

(২) পাকা কতবেলের গুণ—ত্রিদোষ-নাশক, মধুর, অম্লরসবিশিষ্ট ও গুরু, শ্বাস, বমন, শ্রম, ক্লান্তি ও হিক্কা-নাশক এবং রুচি-কর বলিয়া সর্ব্বদা সেবন প্রশস্ত।

---

(১) অস্যামফলগুণাঃ—অম্লত্বং উষ্ণত্বং কফনাশিত্বং বায়ুবর্দ্ধকত্বং কণ্ঠরোগজিহ্বাধিকজড়তাকারিত্বং ত্রিদোষবর্দ্ধকত্বং বিষহরত্বং রোচকত্বঞ্চ।

(২) তৎপক্কফলা গুণাঃ—দোষত্রয়-হরত্বং মধুরাম্লরসত্বং গুরুত্বং শ্বাসবমিশ্রমক্লমহরত্বং হিক্কাপনোদক্ষমত্বং রুচিপ্রদত্বং ; ততঃ সর্ব্বদা সেব্যং।

ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

কপিত্থমামং কণ্ঠঘ্নং বিষদং গ্রাহিবাতলং।
মধুরাম্ল কষায়ত্বাৎ সৌগন্ধ্যাচ্চ রুচিপ্রদং॥ ইতি রাজবল্লভঃ।

ফুলকপির চড়্চড়ি।

চড়্চড়ি এই ব্যঞ্জন বঙ্গদেশেই সমধিক প্রচলিত। বাস্তবিক চড়্চড়ি অতি মুখ-প্রিয় ব্যঞ্জন। চড়্চড়ি সাধারণতঃ দুই শ্রেণীতে বিভক্ত; অর্থাৎ নিরামিষ এবং আমিষ। রুচিভেদে উভয় প্রকার চড়্চড়িই ভোক্তাদিগের রসনায় আদর পাইয়া থাকে। এই প্রস্তাবে ফুলকপির যে নিরামিষ চড়্চড়ির বিষয় লিখিত হইতেছে, নিম্নে তাহার বিবরণ পাঠ করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা রন্ধন করিতে সমর্থ হইবেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ফুলকপি	...	...	...	এক সের।
গোল আলু	...	...	...	এক পোয়া।
কলাই শুঁটী	...	...	...	আধ পোয়া।
ফুলবড়ি	...	...	...	আধ পোয়া।
তৈল	...	...	...	তিন ছটাক।
ঘৃত	...	...	...	আধ ছটাক।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
লঙ্কাবাটা	...	...	...	আধ তোলা।
জিরামরিচ বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
ছোট এলাচবাটা	...	...	...	এক আনা।
দারচিনি বাটা	...	...	...	এক আনা।
লবঙ্গ বাটা	...	...	...	এক আনা।
পাঁচফোড়ন	...	...	...	চারি আনা।
লবণ	...	...	...	আড়াই তোলা।
জল	...	...	...	আধ পোয়া।

প্রথমে কপি ও আলু কুটিয়া এবং কলাই শুঁটী গুলির খোলা ছাড়াইয়া ধৌত করিয়া রাখ।

তরকারী কুটিয়া মসলাগুলি খিচ-শূন্যভাবে পৃথক পৃথক বাটিয়া ঢাকিয়া রাখ।

এখন পাক-পাত্রে সমুদায় তৈল জ্বালে চড়াও। যখন দেখিবে উহার গাঁজা মরিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে বড়িগুলি ভাজিয়া একটী পাত্রে তুলিয়া রাখ। পরে ঐ তৈলে কপি ছাড়িয়া দেও। ফুলকপি যে অধিক ভাজিতে হয় না, তাহা যেন রন্ধনকালে সকলেরই মনে থাকে। উহা অল্প-মাত্র ভাজিয়াই পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখ। এই সময় তাহাতে আলু ও কলাই শুঁটীগুলি ঢালিয়া দিয়া খুন্তি অথবা কাটি দ্বারা নাড়িতে আরম্ভ কর। খানিক নাড়া চাড়ার পর দেখা যাইবে, উহা এক প্রকার অল্প ভাজা ভাজা হইয়াছে, তখন তাহাতে গরম মসলা ব্যতীত সমুদায় বাটা মসলা দিয়া বেশ করিয়া নাড়িতে থাক। অল্পক্ষণ এই ভাবে নাড়া চাড়া করিলে তাহা হইতে এক প্রকার সুঘ্রাণ বাহির হইতে থাকিবে। এখন পূর্ব্বোল্লিখিত জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেও। কড়াতে রাঁধিলে যে, উহার মুখ ঢাকা যাইবে না, তাহা উল্লেখ করাই বাহুল্য। জ্বালে জল ফুটিয়া একটী বলক উঠিলে তাহাতে কপি, বড়ি এবং লবণ দিয়া একবার কাটি দ্বারা তৎসমুদায় নাড়িয়া দেও কিম্বা বেড়ী দিয়া পাক-পাত্রটী ধরিয়া নাড়িয়া দিলেও চলিতে পারে। আলু ও কলাই শুঁটীর সহিত কপি ও বড়ি না দিয়া এক বলকের পর দেওয়ার কারণ যে, ঐ সকল ভাঙিয়া চুরিয়া কাদার ন্যায় হইয়া যাইবে না, তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন।

পাক-পাত্রটী অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে যে, সমুদায় তরকারী সুসিদ্ধ হইয়া সেই সঙ্গে জল মরিয়া আসিবে তাহা আর বলিয়া দিতে হয় না। ব্যঞ্জনের ঐরূপ অবস্থা উপস্থিত হইলে পাক-পাত্রটী জ্বাল হইতে নামাইয়া হয় অন্য আর একটী পরিষ্কৃত পাত্রে না হয় সমুদায় তরকারীগুলি কোন পাত্রে ঢালিয়া উক্ত পাক-পাত্রটী বেশ করিয়া ধুইয়া জ্বালে চড়াও। এবং উহার গাত্র সংলগ্ন জল শুকাইয়া পাত্রটী গরম হইলে তাহাতে অর্দ্ধেক পরিমিত ঘৃত ঢালিয়া দেও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে পাঁচফোড়ন গুলি ফেলিয়া

দেও। অনেকে আবার এই সঙ্গে লঙ্কাও দিয়া থাকেন, অতএব রুচিভেদে উহা দেওয়া না দেওয়া ভোক্তাদিগের ইচ্ছার উপর নির্ভর। পাঁচফোড়নের মৌরিগুলিমাত্র লাল হইয়া আসিলেই পূর্ব্ব রক্ষিত ব্যঞ্জন ঐ ঘৃতের উপর ঢালিয়া দিয়া একবার ধীরে ধীরে নাড়িয়া চাড়িয়া দেও।

এদিকে যে অবশিষ্ট ঘৃত এবং গরম মসলাবাটা আছে. উভয় একত্রিত করিয়া ব্যঞ্জনের উপর ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া পাক-পাত্রটী ঢাকিয়া রাখ। চড়্‌চড়ি পাক হইল।

সচরাচর অনেকেই চড়্‌চড়িতে ঘৃত ও গরম মসলা ব্যবহার করেন না। এজন্য আমাদের বিশেষ অনুরোধ লিখিত নিয়মে একবার উহা পাক করিয়া দেখিবেন, এইরূপ রন্ধন কি প্রকার সুমধুর।

যাঁহারা নিরামিষ চড়্‌চড়ি আহারে বিশেষ ভক্ত নহেন, তাঁহারা কপি ও বড়ি দিবার সময় উহাতে ভাজা মাছও দিতে পারেন।

কচুপাতার কালিয়া।

ইহাও একটী নিরামিষ খাদ্য। সকল জাতীয় কচুর পাতায় এই খাদ্য প্রস্তুত হয় না। মানকচুর কচি পাতা অর্থাৎ যে পাতা খুলিয়া পড়ে নাই, কেবলমাত্র হুক বা কোঁড়ের আকারে বাহির হইয়াছে, সেই পাতা দ্বারাই এই কালিয়া প্রস্তুত হইয়া থাকে, তজ্জন্য উহাকে কচুপাতার কালিয়া কহে।

বুট বা মটর দাইল লইয়া এই কালিয়া প্রস্তুত করিতে হয়। প্রথমে পরিষ্কৃত দাইল গুলি জলে ভিজাইয়া রাখিতে হয়। যখন দেখা যাইবে তাহা ভিজিয়া বেশ নরম হইয়াছে, তখন উহা পরিষ্কার জলে আবার দুই তিনবার উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লইতে হয়। এবং তাহার জল ফেলিয়া দিয়া শিলে খিচ-শূন্য ভাবে বাটিয়া কাদার মত করিতে হয়। এখন এই কর্দ্দমবৎ দাইল-বাটা পূর্ব্ব লিখিত কচু পাতাটী আস্তে আস্তে খুলিয়া অর্থাৎ বিস্তার করিয়া তাহার উভয় পীঠে পুরু করিয়া মাখাইতে হয়। এবং তাহা অল্প শুষ্ক হইয়া আসিলে পুনর্ব্বার গুটাইয়া ভাজিবার সুবিধানুসারে খণ্ড খণ্ড আকারে কাটিয়া

ঘৃতে ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হয়। ঘৃতে ভাজিলে উহা অপেক্ষাকৃত কঠিন হইয়া থাকে। ঈষৎ-বাদামী ধরণে ভাজা হইলে তাহা জ্বাল হইতে নামান আবশ্যক।

লিখিত নিয়মে ভর্জ্জিত দাইলখণ্ড আবার ডুমা ডুমা ধরণে কাটিয়া লইতে হইবে।

এখন উহা দ্বারা কালিয়া রাঁধিতে হইবে। কেহ কেহ আবার দাইল বাটার সঙ্গে গরম মসলাও মাখাইয়া লইয়া থাকেন। যে নিয়মে কালিয়া পাক করিতে হইবে তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ভর্জ্জিত দাইল খণ্ড	...	...	...	এক সের।
ঘৃত (১)	...	...	...	এক পোয়া।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
আদা বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
ছোট এলাচ	...	...	...	এক আনা।
দারুচিনি	...	...	...	দেড় আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দেড় আনা।
তেজপাতা	...	...	...	ছয় খানা।
লঙ্কা বাটা	...	...	...	আট আনা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	আধ তোলা।
জল	...	...	...	আধ সের।

এখন একটী পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াও। এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে সমুদায় বাটা মসলা এবং গরম মসলার অর্দ্ধেক দিয়া

(১) এই ঘৃতে দাইল মাখান পাতা ভাজা ও রন্ধন দুইই সারিতে হইবে। অসঙ্গতির পক্ষে তৈলে রাঁধিয়া ব্যঞ্জনের শেষ অবস্থায় এক ছটাক ঘৃত দিলে চলিতে পারে।

নাড়িতে থাক। নাড়িতে নাড়িতে উহা ঈষৎ লাল্‌ছে ধরণে উপস্থিত হইলে তাহাতে জল ঢালিয়া দেও। জ্বালে জল ফুটিয়া আসিলে তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত ভর্জ্জিত দাইল সংযুক্ত পত্র খণ্ড ঢালিয়া দেও। এক ফুট ফুটিয়া আসিলে লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা বেশ সিদ্ধ হইয়া জল মরিয়া গাঢ় হইয়া আসিবে। এই সময় অবশিষ্ট গরম মসলা বাটিয়া উহাতে ঢালিয়া দিয়া আর একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া লইলেই কচুপাতার কালিয়া পাক হইল। এই কালিয়া যে উত্তম সুখাদ্য, তাহা বোধ হয় রন্ধন নিয়ম পাঠ করিয়াই সকলে বুঝিতে পারিয়াছেন।

দুগ্ধের কাশ্মীরি পোলাও।

কাশ্মীরি পোলাও দুগ্ধ দ্বারা রন্ধন করিতে হয় বলিয়া উহাকে দুগ্ধের পোলাও কহিয়া থাকে। কাশ্মীর এবং দিল্লী প্রভৃতি স্থান সমূহে এই পোলাও বিশেষ আদরের সহিত ব্যবহৃত হইতে দেখা যায়। কাশ্মীরি পোলাও বাস্তবিক অত্যন্ত সুখাদ্য। ভাল করিয়া রন্ধন করিতে পারিলে উহার আস্বাদন যে, কতদূর উপাদেয় হইয়া থাকে, যিনি তাহা একবার আহার করিয়াছেন, তিনি কখনই সে আস্বাদন ভুলিতে পারেন না। অন্যান্য পোলাও রন্ধনের নিয়ম অপেক্ষা কাশ্মীরি পোলাও পাকের নিয়ম প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। এক্ষণে উহার রন্ধন নিয়ম লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

চাউল	এক সের।
দুগ্ধ (খাটি)	এক সের।
মাংস	এক সের।
ঘৃত	তিন পোয়া।

ছোট এলাচ	...	...	...	এক তোলা।
বড় এলাচ	...	...	...	ছয়টা।
দারচিনি	...	...	...	এক আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	আধ আনা।
জয়িত্রী	...	...	...	এক কাঁচ্চা।
তেজপত্র	...	...	...	এক তোলা।
লঙ্কা	...	...	...	আটটী।
গোটাধনে	...	...	...	আধ পোয়া।
ছোলার দাইল	...	...	...	আধ পোয়া।
আদাছেঁচা	...	...	...	আধ ছটাক।
আদার রস	...	...	...	আধ ছটাক।
পিয়াজ বাটা	...	...	...	এক ছটাক।
জিরা মরিচ	...	...	...	এক তোলা।
সা-জিরা	...	...	...	এক তোলা।
সা-মরিচ	...	...	...	এক তোলা।
কাবাব চিনি	...	...	...	এক তোলা।
দধি	...	...	...	আধ পোয়া।
ক্ষীর চূর্ণ	...	...	...	আধ পোয়া।
বাদাম	...	...	...	আধ পোয়া।
পেস্তা	...	...	...	এক ছটাক।
কিস্‌মিস্‌	...	...	...	দেড় ছটাক।
চিনি	...	...	...	এক ছটাক।
লবণ	...	...	...	পাঁচ তোলা।
জল	...	সাড়ে চারিসের মরিয়া দুইসের থাকিবে।		

কাশ্মীরি পোলাওয়ের পক্ষে পেশোয়ারি চাউলই একমাত্র প্রশস্ত। উহার অভাবে অন্যান্য পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল নির্ব্বাচন করিয়া লইতে হয়। যে সকল চাউলে অধিক পরিমাণে ঘৃত প্রভৃতি টানিয়া

লইতে পারে. সেই সকল চাউলে কাশ্মীরি পোলাও রাঁধিতে হয়, নতুবা লিখিত মসলার জল টানিয়া লইতে পারিবে না।

অন্যান্য পোলাও পাকে যেরূপ নিয়মে আখ্নির জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়। ইহার জন্যও সেইরূপ নিয়মে জল পাক করিয়া লইতে হইবে। অর্থাৎ ধনে, দাইল, আদা ছেঁচা, জিরামরিচ, সাজিরা, সামরিচ, কাবাব চিনি, লঙ্গা, লবঙ্গ, বড় এলাচ, জয়িত্রী, অর্দ্ধেক তেজপত্র এবং মাংস সমুদায় একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া ডেক্‌চি অথবা হাঁড়িতে উহা চড়াইতে হইবে। এবং তাহাতে নিয়মিত জল ঢলিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া মৃদু জ্বাল দিতে হইবে। প্রবল জ্বালে বারম্বার জল উথলিয়া পড়িয়া থাকে। এজন্য জ্বাল সম্বন্ধে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। উহা অধিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে যখন দেখা যাইবে যে, সমুদায় জল মরিয়া দুই সেরমাত্র অবশিষ্ট আছে, আর উহার রঙ লাল্‌ছে বর্ণের হইয়াছে এবং ঢাক্‌নি খুলিলে সুগন্ধে নাসিকা বিভোর করিয়া তুলিতেছে, তখন আর জ্বাল না দিয়া উহা কেবলমাত্র আগুনের আঁচে বসাইয়া রাখিলেই চলিতে পারে।

এদিকে চাউলগুলি উত্তমরূপ ঝাড়িয়া বাছিয়া দুগ্ধে ভিজাইয়া রাখিতে হইবে। এবং যখন দেখা যাইবে যে, চাউলে আর দুগ্ধ টানিতে পারিতেছে না, তখন একখানি পরিষ্কৃত পাতলা কাপড়ে ঐ চাউল গুলি একটু ঢিলাভাবে বাঁধিয়া ঝুলাইয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, ঐ চাউলের পুঁটুলিটী হইতে বিন্দু বিন্দু দুগ্ধ পড়া বন্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহা খুলিয়া পুনর্ব্বার বাতাসে চাউল গুলি ছড়াইয়া দেওয়া আবশ্যক।

বাতাসে চাউল গুলি যে পরিমাণে শুষ্ক হইবার সম্ভব তাহা হইয়া আসিলে, তখন তাহাতে পিঁয়াজবাটা, আদার রস এবং জাফরাণ মাখাইতে হইবে। কেহ কেহ এই সময় ছোট এলাচের অর্দ্ধেক দানাও চাউলে মিশাইয়া দিয়া থাকেন। এখন যে পাত্রে পোলাও রাঁধিতে হইবে, তাহার তলায় এক পোয়া ঘৃত ঢলিয়া দিয়া তেজপাতা সাজাইতে হইবে এবং তাহার উপর চাউল, বাদাম, কিস্‌মিস্‌ এবং পেস্তা প্রভৃতি এক স্তবক রাখিয়া পুনর্ব্বার তেজপাতা সাজাইয়া পূর্ব্ববৎ চাউল প্রভৃতি স্থাপন

করিতে হইবে। এইরূপে যে কয়টী স্তবকে উহা সাজান শেষ হইবে, তাহা শেষ হইলে তাহাতে তিন কড়া অর্থাৎ এরূপ নিয়মে জল দিতে হইবে, যেন চাউলের উপর লম্বাভাবে আঙুল স্পর্শ করাইলে তিনটী-মাত্র দাগ ডুবিয়া যায়। অনন্তর তাহাতে সমুদায় লবণ ও আধসের ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ আচ্ছাদন করতঃ মৃদু জ্বালে উহা বসাইতে হইবে এবং চাউল প্রায় সিদ্ধ হইলে কেবলমাত্র দমে পাত্রটী রাখিলেই চলিতে পারিবে। এই সময় দধি, চিনি এবং অবশিষ্ট ঘৃত পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া উহার মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যাঁহারা পোলাও রন্ধনে পটুতা লাভ করিয়াছেন, তাঁহারা পাক-পাত্রটী সাজাইয়া জ্বালে বসাইয়া দেন এবং সুপক্ক হইলেই নামাইয়া লইয়া থাকেন। কিন্তু সকলে সেরূপ নিয়মে পাক করিতে পারে না, এজন্য পাক-পাত্রের চারিধারে সমানরূপ জ্বাল না পাইয়া কতক সুসিদ্ধ ও কতক কাঁচা থাকিয়া যায়, অতএব পাক-পাত্রটী মধ্যে মধ্যে ঘুরাইয়া দিলে এবং চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিবার সময় আস্তে আস্তে ঝাঁকাইয়া লইলে সে আশঙ্কা থাকে না। পোলাও পরিবেশন করিবার সময় তাহাতে অল্পমাত্র গোলাপ-জলের ছিটা দিয়া লইলে আরও ভাল হয়।

ছানার নিরামিষ পোলাও।

এদেশে ছানার পোলাও পাক করিবার অনেক প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে পাক করিলে উহার আস্বাদগত বিস্তর প্রভেদ হইয়া থাকে। যে নিয়মে ছানার পোলাও রন্ধন করিতে হয়, এস্থলে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ছানা	...	...	...	...	দেড় সের।
চাউল	...	...	...	...	এক সের।

ঘৃত	দেড় পোয়া।
চিনি	আধ পোয়া।
নারিকেল কোরা	আধ পোয়া।
বাদাম	দুই ছটাক।
পেস্তা	দুই ছটাক।
কিস্‌মিস্	দুই ছটাক।
ছোটএলাচের দানা	চারি আনা।
জাফরাণ	চারি আনা।
সাজিরা	আধ তোলা।
গামরিচ	এক তোলা।

আখ্‌নি বা আবযূষের মসলা।

ধনে	দুই ছটাক।
লঙ্কা	এক তোলা
মৌরী	আধ তোলা।
দারচিনি	ছয় আনা।
লবঙ্গ	চারি আনা।
তেজপাতা	এক কুড়ি।
আদা ছেঁচা	দুই তোলা।
বুটের দাউল	এক পোয়া।
জল	আড়াই সের।

আখ্‌নির জন্য যে সকল মসলার উল্লেখ করা হইল, সেই সমুদায় একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় পুটলি বাঁধিয়া তিন সের জলে সিদ্ধ কর। যখন দেখা যাইবে, দুই সের জল মরিয়া এক সের মাত্র অবশিষ্ট আছে, তখন তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

পোলাওয়ের পক্ষে শক্ত ছানাই প্রশস্ত এজন্য শক্ত গোছের টাট্‌কা ছানা একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া জল বাহির করিয়া তাহা ডুমা ডুমা ভাবে কাটিয়া

লও। অনন্তর উহা ঘৃতে ঈষৎ বাদামী ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখ।

এদিকে পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া ধৌত করতঃ বাতাসে শুকাইতে দেও। পরে সেই চাউলে দুগ্ধ মিশ্রিত জাফরাণগোলা, ও অল্প ঘৃত মাখাইয়া তাহাতে বাদাম, পেস্তা, কিস্ মিস্, সাজিরা, সামরিচ, এবং এলাচের দানা ছড়াইয়া দিয়া মিশাইয়া লও।

এখন ডেক্‌চি কিম্বা হাঁড়ির তলায় সিকি পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহার উপর তেজপাতা সাজাইয়া সমুদায় চাউল ঢালিয়া দেও। চাউল দেওয়া হইলে আখ্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া লবণ এবং সিকি পরিমাণ ঘৃত তাহার উপর ছড়াইয়া দেও। অনন্তর একখানি সরা বা ঢাকনি দ্বারা হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিয়া মৃদু জ্বালে বসাও। জ্বালে এক ফুট ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে ভর্জ্জিত ছানা ঢালিয়া দেও এবং খানিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা সিদ্ধ হইয়া আসিবে। দুই একটী চাউল টিপিলে যদি দেখা যায়, উহা প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে নারিকেল কোরা, চিনি এবং অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢাকনি খুলিয়া হাঁড়িতে ঢালিয়া দেও এবং আস্তে আস্তে একবার একটী কাটি দিয়া নাড়িয়া কিম্বা হাঁড়িটী ঝাঁকাইয়া পোলাওগুলি উপর নীচে করিয়া দেও। অনন্তর হাঁড়িটীর মুখ ঢাকিয়া পূর্ব্বের ন্যায় দমে বসাইয়া রাখ এবং উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইলেই নামাইয়া লও, ছানার পোলাও পাক হইল।

এই পোলাওয়ে মৎস্য কিম্বা মাংস ব্যবহার হয় না। এজন্য নিরামিষ ভোজীগণ উহা অনায়াসেই আহার করিতে পারেন। যাঁহাদিগের মনে বিশ্বাস মৎস্য ও মাংস ভিন্ন সুস্বাদু পোলাও প্রস্তুত হয় না। তাঁহারা একবার এই উপাদেয় পলান্ন আহার করিয়া দেখুন, ছানার পোলাও কেমন রসনা-তৃপ্তি-কর।

গোলআলুর খিচুড়ী।

খিচুড়ী রন্ধন সম্বন্ধে নানা প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। উপকরণ ও রন্ধন ভেদে উহার আস্বাদনের বিস্তর প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে। যে কোন প্রকার ভাল খিচুড়ী প্রস্তুত করিতে হইলে তাহাতে ঘৃতের পরিমাণ কিছু অধিক দিতে হয়। ঘৃত দ্বারা খিচুড়ীর আস্বাদন অধিকতর সুস্বাদু হইয়া থাকে। আলুর খিচুড়ীতে অধিক পরিমাণ ঘৃতের প্রয়োজন। সুতরাং তদ্বিষয়ে কৃপণতা প্রকাশ করিলে উহার আস্বাগত যে প্রভেদ লক্ষিত হইবে, তাহা যেন সকলেরই মনে থাকে। যে নিয়মে এই সুখাদ্য খিচুড়ী রন্ধন করিতে হয় পাঠকবর্গ তাহা পাঠ করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

চাউল	...	...	...	আধ সের।
দাউল (১)	...	...	...	এক সের।
আলু	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	আধ সের।
পিয়াজ (২)	...	...	...	আধ পোয়া।
ছোট এলাচ	...	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	চারি আনা
দারচিনি	...	...	...	চারি আনা।
ধনে বাটা	...	...	...	তিন তোলা।
আদা বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
জিরামরিচ বাটা	...	...	...	এক তোলা।
লঙ্কাবাটা (৩)	...	...	...	আধ তোলা।

(১) খাঁড়িমসুরি, সোণামুগ হইলেই ভাল হয়, তদভাবে বুট ও অড়হরের দাইল প্রশস্ত।

(২) ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করিতে পারা যায়।

(৩) রুচি অনুসারে পরিমাণ হ্রাস বৃদ্ধি করিতে পারা যায়।

হরিদ্রা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
তেজপাতা	...	...	...	দশখানি।
লবণ	...	...	...	ছয় তোলা।

খিচুড়ীর পক্ষে যে সকল চাউল প্রশস্ত তাহা ইতি পূর্ব্বে অনেক-বার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এস্থলে তাহা উল্লেখ করা অনাবশ্যক। ভাল রকম চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া লইতে হইবে।

অনেকে আলুর খিচুড়ীতে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্‌ দিয়া থাকেন। অতএব ঐ সকল উপকরণ ব্যবহার করিতে হইলে প্রত্যেক দ্রব্য এক ছটাক পরিমাণে লইয়া জলে ধৌত করতঃ ঘৃতে এক এক করিয়া ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। প্রথমে সমুদায় ঘৃত না চড়াইয়া দেড় পোয়া পরিমাণ ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে বাদামাদি ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিয়া পরে সেই ঘৃতে পিয়াজগুলি ভাজিয়া লইবে এবং উহা তুলিয়া রাখিয়া সেই ঘৃতে চাউল ও দাইল ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে এবং দুই একটী চাউল ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে সমুদায় তেজপাতা, বাটা মসলা ও গরম মসলার অর্দ্ধেক পরিমাণ দিয়া খুব নাড়িতে হইবে। কেহ কেহ চাউলের সঙ্গে আলুগুলি চারি চাকা করিয়া কুটিয়া ও খোসা তুলিয়া ভাজিয়া লইয়া থাকেন। আবার কখন কখন বাদামাদির ন্যায় চাউল ভাজিবার পূর্ব্বেও ভাজিয়া তুলিয়া রাখা হয়। ফলতঃ এই উভয় প্রকার নিয়মের মধ্যে যে কোন নিয়ম অবলম্বন করিতে পারা যায়। এ স্থলে ইহাও মনে রাখা উচিত যদি উহা ভাজিয়া তুলিয়া রাখা হয়, তবে তাহা চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ হইলে সেই সময় হাঁড়িতে ঢালিয়া দিতে হইবে। সে যাহা হউক মসলা সংযোগে চাউল হইতে যখন অত্যন্ত সুগন্ধ বাহির হইতে থাকিবে এবং অধিকাংশ চাউল ফুটিতে আরম্ভ করি-য়াছে, তখন আর বিলম্ব না করিয়া উপযুক্ত পরিমাণ গরম জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে।

খিচুড়ী রন্ধনে যতক্ষণ চাউল সিদ্ধ না হয়, ততক্ষণ তীব্র জ্বাল দিলে

তত ক্ষতি হয় না কিন্তু উহা সিদ্ধ হইলে কখনই অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে। কারণ এই অবস্থা হইতে প্রায়ই ধরিয়া বা আঁকিয়া যাই-বার খুব আশঙ্কা থাকে। এজন্য মৃদু জ্বালে পাক-পাত্র বসাইয়া ঘন ঘন নাড়িতে হয়। চাউল সুসিদ্ধ হইলে খিচুড়ীতে লবণ, পিয়াজ এবং বাদাম, পেস্তা প্রভৃতি দিয়া পূর্ব্ববৎ নাড়িতে হইবে। যাঁহারা চাউলের সহিত আলু দিয়াছেন, তাঁহাদিগের ত কথায় নাই, কিন্তু যাঁহারা সে সময় উহা দেন নাই, তাঁহারা চাউলের অর্দ্ধ সিদ্ধাবস্থায় দিতে পারেন। আমরা দেখিয়াছি এই খিচুড়ীতে আলু প্রায়ই ভাঙিয়া গলিয়া গিয়া থাকে।

এক্ষণে খিচুড়ী প্রায় ক্ষীরের ন্যায় গাঢ় আকারে উপস্থিত হইবে। সুতরাং আর কাল বিলম্ব না করিয়া অবশিষ্ট গরম মসলা অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিয়া নামাইতে পারা যায়। আর যদি আহারে বিলম্ব থাকে। তবে সামান্য আঁচে দমে বসাইয়া রাখিলেই চলিতে পারে। খিচুড়ী মাত্রেই গরম গরম সুখাদ্য।

নিরামিষ-ভোজীদিগের পক্ষে এই খিচুড়ী সুপ্রশস্ত। ফলতঃ উহার সুস্বাদ জন্য সকলেরই নিকট উহার অত্যন্ত আদর।

আলুর কট্‌লেট্‌।

গোল আলুর দ্বারা মাংসের ন্যায় নানা প্রকার সুস্বাদু দ্রব্য প্রস্তুত হইয়া থাকে। মাংস পাকে যে ব্যয় পড়ে, আলু দ্বারা তাহা প্রস্তুত করিলে ব্যয় সামান্য হয়, অথচ ইচ্ছামত সকল সময়েই উহা পাক করিয়া রস-নার তৃপ্তি-সাধন এবং দেহের পুষ্টি-বর্দ্ধন করিতে পারা যায়। এদেশ অপেক্ষা ইয়ুরোপে আলু দ্বারা নানা প্রকার উত্তমোত্তম খাদ্য পাক হইয়া থাকে। যে নিয়মে আলুর কট্‌লেট প্রস্তুত করিতে হয়, এক্ষণে তাহার বিষয় লিখিত হইতেছে।

যে পরিমাণে আলু দ্বারা কট্‌লেট প্রস্তুত করিতে হইবে, সেই পরি-মাণ আস্ত আলুগুলি সিদ্ধ কর। পরে তাহার খোসা ছাড়াইয়া বেশ

করিয়া উহা চটকাইতে থাক। এই চটকান আলু আটা আটা কাদার ন্যায় হইবে। পরে তাহাতে সরু সরু আদার কুচি, পিয়াজের সরু সরু-কুচি কিম্বা তাহা ছেঁচিয়া, লবণ, রুচি অনুসারে কাঁচা লঙ্কার কুচি, এবং গরম মসলার গুঁড়া উত্তমরূপে মিশাও। এখন এই মিশ্রিত পদার্থ পুরু গোছের চেপটা একখানি ছোট রুটির আকারে গোল চাপাটি প্রস্তুত কর। অর্থাৎ উহা যেন এক ইঞ্চ পুরু হয়। আলুর এই চাপাটি প্রস্তুত হইলে তাহার উপর ডিমের তরলাংশ (শাদা ও কুসুম সমুদায়) ফেণাইয়া উত্তমরূপে মাখাও। উহা এরূপ ভাবে মাখাইতে হইবে যেন উহার সমস্ত গায়ে বেশ ঝোল ঝোল মাখা হয়। পরে তাহার উপর বিস্কুটের গুঁড়া, (ময়দার মত গুঁড়াইয়া) বেসম, কিম্বা ময়দা অথবা ছাতু মাখাও। পরে একখানি চাটুতে কিম্বা কড়াতে ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া উহা পাকিয়া আসিলে ঐ চাপাটিখানি আস্তে আস্তে তুলিয়া তাহার উপর দেও এবং যে পীঠ ঘৃতে থাকিবে তাহা বেশ ভাজা হইলে অর্থাৎ ঈষৎ লাল্‌ছে গোছের হইলে উহা উল্টাইয়া অপর পীঠটী পূর্ব্ববৎ ভাজিয়া তুলিয়া নামাইয়া লও এইরূপ ভর্জ্জিত আলুকে আলুর কট্‌লেট কহে।

আলুর কট্‌লেট প্রস্তুত হইলে দেখিবে, উহা চমৎকার আস্বাদন ধারণ করিয়াছে। এই কট্‌লেট অত্যন্ত সুখাদ্য। মাংস ভক্ষণে যাঁহাদিগের আপত্তি, তাঁহারা উহা পাক করিয়া অনায়াসেই আহার করিতে পারেন।

এই খাদ্য পাকে ব্যয় সামান্য, সুতরাং সকলেরই পক্ষে উহা প্রস্তুত করিয়া আহার করা কিছু কঠিন নহে। যাঁহারা ঘৃতে পাক করিতে অসুবিধা বোধ করেন, তাঁহারা খাঁটি সরিষা তৈলে প্রস্তুত করিতেও পারেন কিন্তু তাহা ঘৃত পক্কের ন্যায় রসনার তৃপ্তি-কর হইবে না।

গল্‌দা চিংড়িমাছের রসবড়া।

গল্‌দা চিংড়ি মাছ স্বভাবতই অতি সুখাদ্য; সুতরাং তদ্দারা যত প্রকার খাদ্য প্রস্তুত করা যায়। সমুদায়ই প্রায় উপাদেয় হইয়া উঠে; কিন্তু উহার একটী প্রধান দোষ এই যে, উহা যত কেন সুস্বাদু হউক

না কিন্তু কিছুতেই শক্ত শক্ত ছিবড়া অবস্থা ঘুচে না। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, চিংড়ি মাছের রসবড়া প্রস্তুত করিলে তাহাতে ঐ দোষ থাকে না এবং উহা আহারে অতি কোমল এবং সুমধুর হইয়া থাকে। এমন কি দন্ত-হীন ব্যক্তিদিগের পক্ষেও অত্যন্ত আদরের খাদ্য হইয়া উঠে। যে নিয়মে এই বড়া প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা লিখিত হইতেছে।

প্রথমে বড় বড় গল্‌দা চিংড়ি বাছিয়া লও। যে মাছে ঘি অধিক তদ্দ্বারাই উত্তম বড়া হইয়া থাকে। মাছের মাথা, মাছ এবং দাড়াগুলি পৃথক পৃথক করিয়া রাখ। এখন মাছের খোলাটী ফেলিয়া দিয়া তাহা উত্তমরূপে বাটিয়া লও। উহা বেশ বাটা হইলে তাহাতে মাথার ঘৃতবৎ লাল পদার্থ দেও। আর যে সকল দাড়া রাখা হইয়াছে. তাহা ছেঁচিয়া তাহা হইতে যে লাল রস বাহির হইবে, তাহাও নিংড়াইয়া ঐ মাছ বাটার উপর রাখ। এখন ভাল রকম খাটি সরিষার তৈল এবং পরিমাণ মত লবণ ও আদার কুচি ছেঁচা কিম্বা তাহার রস উহাতে দিয়া খুব ফেণাইতে থাক।

এদিকে একখানি চাটুতে তৈল জ্বালে চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ ফেণান মৎস্যবাটা এক একটী বড়ার আকারে ছাড়িয়া দেও। উহা গরম তৈলে পড়িবামাত্রই ফুটিয়া উঠিবে। এই সময় জ্বাল খুব মৃদুভাবে দেওয়া আবশ্যক এবং বড়ার এক পীঠ ভাজা হইলে, তাহা একখানি খুন্তি দ্বারা উল্টাইয়া অপর পীঠও সেইরূপ নিয়মে ভাজিয়া তুলিয়া লও। এইরূপ নিয়মে সমুদায় বড়া ভাজা হইলে উহা গরম গরম আহার করিয়া দেখ এই বড়া বাস্তবিক সুখাদ্য কি না?

এই রসবড়া দ্বারা আবার উৎকৃষ্ট অম্ল প্রস্তুত করিতে হইলে পূর্ব্বে যে নিয়মে ভাজিবার উপযুক্ত করিতে হয়, এখনও তাহাই কর। কিন্তু অম্লের বড়া ভাজিতে হয় না। তেঁতুলের অম্ল রাঁধিতে হইলে তেঁতুল-গোলা, হরিদ্রা বাটা, লবণ এবং সরিষা প্রভৃতি যেরূপ নিয়মে জ্বালে চড়াইতে হয়, ঠিক সেই নিয়মে জ্বালে চড়াও এবং যখন ঝোল খুব ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় তৈলে ফেণান মাছবাটা এক একটী বড়ার আকারে

ঐ ফুটন্ত ঝোলে ছাড়িয়া দাও। দেখিবে উহা কঠিন আকার ধারণ করিয়া রস-পূর্ণ এক একটী বড়া প্রস্তুত হইয়াছে। অনন্তর যে নিয়মে অম্ল রাঁধিয়া নামাইতে হয়, ঠিক সেইরূপ নিয়মে রাঁধিয়া নামাইয়া লও। এই রসবড়া যে কি প্রকার রুচি-কর তাহা একবার আহার না করিলে বুঝিতে পারা যায় না।

যে নিয়মে চিংড়ি মাছের রসবড়া পাক করিতে হয়, তাহা যে অতি সহজ এবং সামান্য ব্যয়-সাধ্য তাহা সকলেই বুঝিতে পারিলেন। অতএব আমাদের বিশেষ অনুরোধ পাঠকগণ একবার উহা প্রস্তুত করিয়া যেন আহার করিয়া দেখেন।

ইলিস মাছ ভাতে।

সচরাচর মাছ ভাতে দিতে হইলে অনেকেই কচি লাউ কিম্বা কলার পাতায় ইলিস, কৈ এবং বড় বড় গল্‌দা চিংড়ি প্রভৃতি বাঁধিয়া অন্ন পাকের সময় ভাতের মধ্যে দিয়া থাকেন এবং অন্ন পাক হইলে নামাইয়া হাঁড়ির মধ্য হইতে ঐ রাঁধা মাছ তুলিয়া কলা পাতায় বাঁধা হইলে পাতা ফেলিয়া দিয়া এবং লাউপাতা হইলে পাতা সমেত মাছ তৈল ও লবণাদি মাখিয়া লইয়া আহার করিয়া থাকেন। কিন্তু আমরা মাছ ভাতের আর একটী উপায় শিখাইয়া দিতেছি, পাঠকগণ একবার এই নিয়মে মাছ ভাতে আহার করিয়া দেখুন, উহা কেমন মুখ-প্রিয়।

মাছ ভাতের পক্ষে ইলিস মাছের পেটিই উত্তম। তিনটী কারণে পেটি সুখাদ্য অর্থাৎ মৎস্যের অন্যান্য অঙ্গ অপেক্ষা পেটেতে তৈলের ভাগ অধিক ও কাঁটার সংখ্যা অল্প এবং অত্যন্ত কোমল এই জন্য প্রায় সকল মৎস্যেরই পেটি আহারে অতি সুখাদ্য।

প্রথমে ইলিস মৎস্যের পেটির মাছ বড় বড় চাকা চাকা করিয়া কুটিয়া সামান্য লবণ মাখাইয়া ধুইয়া লও। মৎস্যগুলির জল ঝরিয়া পড়িতে পারে, এরূপভাবে উহা রাখ।

মাছ ভাতের পক্ষে অন্যান্য মসলা প্রায়ই আবশ্যক করে না। কেবল মাত্র খাটি সরিষার তৈল, লবণ, সামান্যরূপ হরিদ্রাবাটা এবং সরিষা-বাটা হইলেই আর অন্য কোন প্রকার মসলার প্রয়োজন হয় না।

লিখিতরূপ মাছ ভাতে পাক করিতে হইলে প্রথমে অন্ন পাক করিয়া কোন স্থানে ঢাল। এখন সেই গরম অন্নের উপর একটু চাপিয়া একটী গর্ত্ত মত কর। সেই গর্ত্তে একখানি কচি কলারপাতা পাতিয়া দেও। এখন ঐ পাতে ধৌত মৎস্য এবং তাহার উপযুক্ত লবণ, তৈল, সরিষাবাটা এবং সামান্যরূপ হরিদ্রাবাটা এক সঙ্গে মাখিয়া স্থাপন কর। কেহ কেহ আদৌ হরিদ্রাবাটা ব্যবহার করেন না। ভাতের উপর যে একটু গর্ত্তের ন্যায় করিয়া লওয়া হইয়াছে, এখন তাহার কারণ সহজেই বুঝিতে পারিয়াছেন, কারণ ঐরূপ গর্ত্ত না করিলে তৈল গড়াইয়া পড়িবার সম্ভব। লিখিত নিয়মে মৎস্যাদি স্থাপন করা হইলে তাহার উপর আবার আর এক-খানি পূর্ব্ববৎ কচি পাতা আচ্ছাদন করিয়া দেও। এখন ঐ আচ্ছাদিত অন্নের উপর পুনর্ব্বার এক হাঁড়ি গরম ভাত ঢালিয়া রাখ। মৎস্যের পরিমাণ অধিক হইলে যে, অন্নেরও পরিমাণ অধিক করিতে হয়, তাহা যেন সকলেরই মনে থাকে। আধ ঘণ্টা এইরূপ অবস্থায় থাকিলে অন্নের উত্তাপে মৎস্য উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। এস্থলে আর একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক; অধিক পরিমাণে মৎস্য এই নিয়মে পাক করিতে হইলে অন্নের পরিমাণ যে, অধিক করিয়া লইতে হয়, তাহা যেন প্রত্যেক পাচকের মনে থাকে। আর অন্নের ফেণ বা মাড় ফেলিয়া দিয়াই সেই গরম অন্নে উহা পাক করিলে বেশ সুসিদ্ধ হইবে।

অন্নের ভিতর হইতে অতি সাবধানে মৎস্য বাহির করিয়া লইয়া আহার করিয়া দেখ, ইলিস মাছ ভাতে কেমন সুখাদ্য। কেহ কেহ অন্নের ভিতর হইতে উহা বাহির করিয়া সমুদায় চটকাইয়া লইয়া থাকেন, কেহ কেহ আবার না চটকাইয়া অমনি আহার করিয়াও থাকেন।

লিখিতরূপ নিয়মে মাছ ভাতে যে অত্যন্ত রসনা তৃপ্তি-কর, তাহা প্রত্যেক ব্যক্তিই পরীক্ষা করিয়া দেখিতে পারেন।

মৎস্যের ঝুরি ভাজা।

মৎস্যের ঝুরি ভাজা যে কিপ্রকার রুচি-কর তাহা একবার আহার করিয়া দেখিলেই বুঝিতে পারা যাইবে। সামান্য ব্যয়ে এবং সামান্য পরিশ্রমে অতি সহজ উপায়ে মৎস্যের ঝুরি প্রস্তুত হইয়া থাকে।

সকল প্রকার মৎস্যে ভাল রকম ঝুরি ভাজা হয় না। যে সকল মৎস্যে কাঁটা অল্প এবং তৈলাক্ত অর্থাৎ রোহিত, কাতলা এবং মিরগেল প্রভৃতি মৎস্য হইলেই ঝুরি ভাজার পক্ষে ভাল; কারণ ঐ সকল মৎস্যের ঝুরি প্রস্তুত করিলে তাহা আহারে অত্যন্ত উপাদেয় হইয়া থাকে।

প্রথমে মৎস্যের আঁইস ফেলিয়া কুটিয়া বাছিয়া যেরূপ নিয়মে ধুইয়া লইতে হয়, সেইরূপ নিয়মে ধৌত কর। পরে তাহাতে হরিদ্রাবাটা ও লবণ মাখাইয়া মাছ ভাজার নিয়মানুসারে ভাজিয়া লও। ভাজিবার সময় একটী বিষয়ে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ উহা যেন কড়া গোছের ভাজা না হয়। সমুদায় মাছগুলি ভাজা হইলে তাহার কাঁটা বাছিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। এখন সেই ছাড়ান মাছগুলি ঝুরা ঝুরা করিয়া তাহাতে উপযুক্ত আকারে আদা ছেঁচা মিশাইয়া লও। মাছের ঝুরিতে অন্য কোন মসলার প্রয়োজন করে না, কেবলমাত্র আদাই উহার একমাত্র মসলা। তজ্জন্য উহার পরিমাণ কিছু বেশী দিলে ভাল হয়। পূর্ব্বে যদি ভাজিবার সময় উপযুক্ত পরিমাণ লবণ না দেওয়া হইয়া থাকে। তবে এখন এই সঙ্গে তাহা মিশাইয়া লও।

এদিকে একখানি কড়া কিম্বা চাটুতে খাটি সরিষার তৈল জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে ঐ মাছগুলি ঢালিয়া দিয়া সামান্য জ্বালে ধীরে ধীরে ভাজিতে থাক এবং উহা অল্প ভাজা ভাজা হইলে (অর্থাৎ মুড়মুচে হইলে) নামাইয়া আহার করিয়া দেখ, এই ঝুরি কেমন এক প্রকার নূতন আস্বাদন লইয়া উপস্থিত হইয়াছে।

চিতল মাছের কোপ্তা।

কাঁটার জন্য চিতল মাছ অনেকেই আহার করিতে অনিচ্ছা প্রকাশ করিয়া থাকেন কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি যে, উহা দ্বারা কোপ্তা পাক করিলে আহারের সময় কাঁটার জন্য কোন প্রকার অসুবিধা ভোগ করিতে হয় না। চিতল মাছের কোপ্তা বেশ সুখাদ্য। ইচ্ছা করিলে সকলেই উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি-সাধন করিতে পারেন। যেরূপ নিয়মে এই কোপ্তা পাক করিতে হয়, তাহা পাঠ কর।

প্রথমে আস্ত মাছটীর আঁইস ও ছাল তুলিয়া ফেলিয়া দেও। পরে একখানি ঝিনুক কিম্বা অন্য কোন পদার্থ দ্বারা মাছের পেট কুরিয়া লও। চিতল মাছের অন্যান্য ভাগ অপেক্ষায় পেটিতে কাঁটার সংখ্যা কিছু অল্প। পেটি কুরিয়া যে পরিমাণে মাছ সংগ্রহ হইবে, তাহাতে উপযুক্ত পরিমাণ লবণ ও হরিদ্রা মাখাইয়া লও। এখন একখানি কড়াতে তৈল জ্বালে চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ হরিদ্রা ও লবণ মিশ্রিত কোরা মৎস্য ভাজিতে থাক। এই সময় একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক; অর্থাৎ উহা ভাজিবার পূর্ব্বে হাতে চাপিয়া চাপিয়া এক একটী বড়া কিম্বা আমড়ার মত গড়াও। গড়াইতে কোন কষ্ট নাই। সামান্যরূপ চাপিয়া ধরিলেই আপনা হইতেই চাপ বাঁধিয়া আসিবে। এখন উহা তৈলে ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। ভাজিলে উহা অপেক্ষাকৃত কঠিন আকার ধারণ করিবে। ঈষৎ গরম গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ। কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, এই ভাজার অবস্থায় আহার না করিয়া তদ্দ্বারা কালিয়া পাক করিলে অতি সুখাদ্য হইয়া থাকে।

উহা দ্বারা কালিয়া পাক করিতে হইলে ঐ ভর্জ্জিত কোপ্তাগুলি লইয়া মাংস রাঁধার নিয়মানুসারে ঘৃত ও মসলাদি লইয়া পাক কর। পাকান্তে আহার করিয়া দেখ, যে চিতল মাছ কাঁটার জন্য কেহই আহার করিতে ইচ্ছুক নহেন, তাহা এখন কেমন চমৎকার আকারে উপস্থিত হইয়া তোমার রসনার সহিত আত্মীয়তা করিয়া লইয়াছে।

বাস্তবিক চিতল মাছের যেরূপ কাঁটা, তজ্জন্য উহা আহারে সম্পূর্ণ অসুবিধাই হইয়া থাকে। কিন্তু লিখিত নিয়মে পাক করিয়া লইলে কাঁটার জন্য কোন প্রকার অসুবিধা ভোগ করিতে হয় না। ভোক্তাগণ একবার উহা পাক করিয়া আহার করিয়া দেখুন, কালিয়া রাঁধিলে চিতল মাছের কোপ্তা ঠিক মাংসের কালিয়ার ন্যায় সুখাদ্য হইবে। অগ্রে জানা না থাকিলে উহা যে, চিতল মাছ দ্বারা প্রস্তুত হইয়াছে, তাহা কেহ বুঝিতে সমর্থ হইবেন না।

মটনের ফ্রেঞ্চ কট্‌লেট্‌।

পৃথিবীর ভিন্ন ভিন্ন জাতির মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন প্রকার নিয়মে কট্‌লেট পাকের নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। আমরা নানাপ্রকার নিয়মে উহা পাক করিয়া পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ফ্রেঞ্চ কট্‌লেট বাস্তবিক একটী সুখাদ্য দ্রব্য। উহার পাকে ব্যয়-সাধ্য মসলাদির প্রয়োজন করে না। মনে করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা পাক করিতে পারেন। তবে উহার রন্ধনে হাতের একটু সাফাই থাকা চায়।

মটনের ফ্রেঞ্চ কট্‌লেট পাক করিতে হইলে অগ্রে মাংস ঠিক করিয়া লইতে হয়। কারণ মেষের সকল অঙ্গের মাংস দ্বারা উহা প্রস্তুত করিবার পক্ষে সুবিধা হয় না। এজন্য উভয় পার্শ্বের (পাঁজোড়ের) মাংস লইতে হয়, অর্থাৎ মেষ ও ছাগাদির উভয় পার্শ্বে কাটির ন্যায় যে, সোরু সোরু হাড় থাকে, সেই হাড়ের চারিধারে যে পরিমাণ মাংস কাটিয়া লইতে পারা যায়, তাহাই লইতে হইবে। এই নিয়মে প্রয়োজন মত হাড় সমেত মাংস লইয়া একখানি তীক্ষ্ণধার অস্ত্র দ্বারা হাড় ভিন্ন সমুদায় মাংস খণ্ড উত্তমরূপ থুরিতে হইবে। উহা এরূপ নিয়মে থুরিতে হইবে যে, হাড়খানি হইতে মাংস যেন পৃথক হইয়া ছাড়িয়া না যায়। সমুদায় মাংস কর্দ্দমবৎ থুরিয়া ঐ হাড়ের যেন এক অংশে যোগ থাকে। চিংড়ি মাছের কট্‌লেট রন্ধনকালে যে কারণে মাছের লেজ খোসা সমেত রাখিতে বলা হইয়াছিল,

সেই কারণেই এই হাড় রাখা হইতেছে। অর্থাৎ ভাজিবার সময় ঐ হাড় ধরিয়া উহা উল্টাইয়া দিয়া নাড়াচাড়ার পক্ষে সুবিধা হইয়া থাকে।

এখন কৰ্দ্দমবৎ ঐ কৰ্ত্তিত মাংসে অৰ্দ্ধেক পরিমাণ পিয়াজের রস, আদার রস এবং লঙ্কার গুঁড়া মাখাইয়া অন্ততঃ এক ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। পরে একখানি চাটু অথবা অন্য কোন চেতলা পাক-পাত্রে ঘৃত বা মাখন দিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে এক একখানি করিয়া (পাক-পাত্রের পরিসর অনুসারে অধিকও দিতে পারা যায়।) ঘৃতের উপর দিতে হইবে এবং মধ্যে মধ্যে জলের ছিটা ও আদা, পিয়াজের রস আর ঘৃত খাওয়াইতে হইবে। এই সময় পাচকের গুণপণার প্রয়োজন। অর্থাৎ মাংসের অবস্থা বুঝিয়া তাহাতে এরূপ হিসাবে ঐ সকল রস, ঘৃত এবং জলের ছিটা দিতে হইবে, যেন তাহা বেশী না হয় অথচ মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। ভাজিবার সময় মাংসের উভয় পীঠ উল্টাইয়া যে ভাজিয়া লইতে হয়, তাহা বোধ হয় প্রত্যেক পাচকই বুঝিতে পারিয়াছেন।

লিখিত নিয়মে সমুদায়গুলি ভাজা হইলে, উহার পরিমাণ অনুসারে ডিম ভাঙিয়া তাহার মধ্যস্থ যাবতীয় তরলাংশে উদ্বৃত্ত পিয়াজাদির রস ও সমুদায় মসলার গুঁড়া এবং বিস্কুটের খিচ-শূন্য গুঁড়া, কিম্বা ছাতু, বেসম অথবা ময়দা মিশাইতে হইবে। কেহ কেহ আবার পিয়াজের সোরু সোরু কুচি ভাজিয়া তাহা বাটিয়াও এই সঙ্গে মিশাইয়া লইয়া থাকেন। ইচ্ছা অনুসারে হয় এই সময় অথবা আহারের সঙ্গে লবণ মাখাইয়া লইতে পারা যায়।

এখন এই মসলা মিশ্রিত ডিমের তরলাংশে এক একখানি ভর্জ্জিত মাংস ডুবাইয়া ঘৃতে ভাজিয়া তুলিয়া লইলেই ফ্রেঞ্চ কট্‌লেট প্রস্তুত হইল। অল্প গরম অবস্থায় উহা অতি সুখাদ্য। আহারের অধিক পূর্ব্বে প্রস্তুত হইলে ভোজন সময়ে পুনর্ব্বার গরম করিয়া লওয়া আবশ্যক। কারণ ঠাণ্ডা হইলে উহার আস্বাদন আদৌ ভাল লাগে না।

মাংসের ইহুদী কাবাব বা কোব্বা।

এই কাবাব বা কোব্বা বেশ খাদ্য। ইহুদীদিগের মধ্যেই উহার সমধিক প্রচলন। ইহুদী কোব্বা প্রস্তুত করিতে হইলে ব্যয়-সাধ্য দ্রব্যাদি কিছু লাগে না। সামান্য মসলা দ্বারা উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে। সাধারণের অবগতির জন্য এই রন্ধন প্রণালী লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	এক সের।
পিয়াজবাটা	তিন তোলা।
রসুনবাটা	দুই আনা।
লঙ্কাবাটা	এক তোলা।
ছোটএলাচবাটা	চারি আনা।
দারচিনিবাটা	ছয় আনা।
ঘৃত	এক ছটাক।
লবণ	তিন তোলা।

ইহুদী কোব্বার পক্ষে হাড়-শূন্য কোমল মাংসই প্রশস্ত। মাংস যত কোমল হয়, উহা ততই সুসিদ্ধ ও সুখাদ্য হইয়া থাকে। এজন্য ইহুদী জাতি মুরগী এবং হালোয়ানের মাংস দ্বারাই প্রায় উহা প্রস্তুত করিয়া থাকেন। ছাগাদির মাংস দ্বারাও উহা পাক হইতে পারে, কিন্তু কোমল মাংস সংগ্রহ করিতে বিশেষরূপ চেষ্টা পাওয়া উচিত।

প্রথমে মাংসগুলির হাড় বাছিয়া কেবলমাত্র মাংস লইলেই ভাল হয়। উহা আবার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অংশে কর্ত্তন করিয়া লইতে হয়। ফলতঃ ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র মাংস খণ্ডই ইহুদী কাবাবের পক্ষে সম্পূর্ণ উপযুক্ত।

লিখিতরূপ কর্ত্তিত মাংসে সমুদায় বাটা মসলা এবং লবণ ঘৃত প্রভৃতি সমস্ত উপকরণ লইয়া উত্তমরূপে চটকাইয়া মাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, বেশ মাখান হইয়াছে, তখন তাহা অন্য একটী পাত্র দ্বারা অন্ততঃ তিন ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

অনন্তর একখানি সরাতে মসলা মাখান ঐ মাংস তুলিয়া একখানি টুয়ালে, ঝাড়ন অথবা মোটা গোছের নেকড়ার উপর মাংস সমেত ঐ সরাখানি উপুড় করিয়া তাহার উল্টা-পীঠে টানিয়া গাঁইট দিয়া বাঁধিতে হইবে।

সরাতে মাংস রাঁধিবার পূর্ব্বে একটী বড় হাঁড়িতে আধ হাঁড়ি জল দিয়া জ্বালে বসাইতে হইবে এবং তাহার উপর ঐ সরাখানি উপুড় করা ভাবেই (অর্থাৎ মাংস যেন হাঁড়ির ভিতর দিকে থাকে) স্থাপন করিতে হইবে। পরে ময়দা অথবা এটেল মাটী দ্বারা হাঁড়ির মুখের চারিধার অর্থাৎ যোড়মুখ উত্তমরূপে আঁটিয়া দিতে হইবে।

লিখিতরূপ নিয়মে আগুণের আঁচ অনুসারে অন্ততঃ তিন ঘণ্টা কাল হাঁড়িটী জ্বালে রাখিতে হইবে। কচি পাঁঠা অথবা অন্য কোন রকমে কোমল মাংস হইলে এই সময় মধ্যে অতি উত্তম সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। হাঁড়ির ভিতরের উষ্ণ জলের বাষ্পে (ভাবে) মাংস সুসিদ্ধ হইবে এবং মসলাদি তাহার গায়ে লাগিয়া প্রত্যেক মাংসখণ্ড অতি চমৎকার আস্বাদনের হইয়া উঠিবে। অনন্তর জ্বাল হইতে হাঁড়িটী নামাইয়া রাখিতে হইবে এবং হাঁড়ির গায়ে হাত দিলে যখন অধিক গরম বোধ না হইবে, অর্থাৎ অনায়াসেই হাত সহ্য হয়, তখন হাঁড়ির যোড়-মুখ খুলিয়া সরাখানি তুলিয়া লইয়া বন্ধন বস্ত্র খুলিয়া ফেলিতে হইবে। অনন্তর ঐ মাংস ঈষৎ গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, ইহুদী কোব্বা কেমন খাদ্য। রুচি অনুসারে এই খাদ্যের বিস্তর সুখ্যাতি শুনিতে পাওয়া যায়। ভোক্তাগণ একবার উহা পরীক্ষা করিলেই বুঝিতে পারিবেন, বাস্তবিক ইহুদী কোব্বা সুখাদ্য কি না।

খেজুর রসের অম্ল।

নানা প্রকার দ্রব্য দ্বারা অম্ল রন্ধন হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য দ্বারা রন্ধন করিলে উহার আস্বাদগত পার্থক্য হইয়া থাকে। যে সকল অম্লে মিষ্ট ব্যবহার হয়, তাহাদিগকে মিষ্ট অম্ল কহে। ফলতঃ নিরামিষ, আমিষ

এবং মিষ্ট অম্ল প্রভৃতি নানাপ্রকার রুচি-কর অম্ল এদেশে ব্যবহৃত হইয়া থাকে। আমরা অদ্য ভোক্তাদিগের রসনা পরিতৃপ্তির জন্য খেজুর রসের অম্ল রাঁধিবার নিয়ম লিখিতে প্রবৃত্ত হইলাম। পাঠকগণ এই অম্ল পাক করিয়া আহার করিয়া দেখুন. উহা কিরূপ মুখ-প্রিয়।

প্রয়োজন মত ভাল খেজুর রস লইয়া ছাঁকিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে। এস্থলে রস সম্বন্ধে কিছু বক্তব্য আছে. অর্থাৎ শীতকালে খেজুরের যে রস লোকে পান করিয়া থাকে কিম্বা যাহাতে ভাল রকম গুড় তৈয়ার হয়, পূর্ব্বদিন বৈকালে রস পাতিয়া রাখিলে পরদিন প্রাতে যে রস সঞ্চিত হয়, সেই রসেই উত্তম অম্ল হইয়া থাকে। নতুবা মধ্যাহ্নকালে যে রসে শাদা শাদা ফেণা উঠে এবং যাহাতে মাদকতা শক্তি জন্মে, তদ্দ্বারা অম্ল পাক করিলে তাহা ভাল হয় না। এজন্য ভাল রসে অম্ল রাঁধিতে হয়। রস জ্বালে থাকিলে তাহা সর্ব্বদাই উথলাইয়া আইসে এবং শাদা শাদা ফেণা উঠিতে থাকে। যত ফেণা উঠিবে, তাহা কাটিয়া অর্থাৎ তুলিয়া ফেলা আবশ্যক। এইরূপে সমুদায় ফেণা তুলিলে সেই রসে সরিষা ফুলের ন্যায় ফুট উঠিতে থাকিবে। খানিকক্ষণ ফুটিলে তাহা গাঢ় হইয়া আসিবে।

এদিকে কাঁচা তেঁতুল, আমড়া, চালিতা এবং জলপাই প্রভৃতি রসের পরিমাণ মত সংগ্রহ করিয়া লইতে হইবে। অর্থাৎ এরূপ হিসাবে অম্ল দিতে হইবে, তদ্দ্বারা যেন তীব্র অম্ল না হয়. অম্ল মধুর আস্বাদনের উপযুক্ত টকে এই অম্ল রাঁধিতে হয়। আমরা অম্লের পরিমাণ লিখিতে পারিলাম না, কারণ সকল গাছের তেঁতুল, আমড়া এবং চালিতা প্রভৃতির এক নিয়মে টক থাকে না। সুতরাং পাঠকগণ অম্লের তীব্রতানুসারে উহা স্থির করিয়া লইবেন।

কাঁচা তেঁতুল দ্বারা পাক করিতে হইলে উহা জলে সিদ্ধ করিয়া সেই জল ফেলিয়া দিতে হইবে এবং জ্বালের রস কিয়ৎ পরিমাণ তুলিয়া তাহাতে ঐ সুসিদ্ধ তেঁতুল গুলিয়া ছাঁকিয়া লইতে হইবে। আর আমড়া রসে ছাড়িয়া দিলেই চলিতে পারে, চালিতা হইলে তাহার ফালিগুলি অল্প অল্প ছেঁচিয়া রসে ফেলিতে হইবে। আর কাঁচা তেতুল হইলে লিখিত নিয়মে

প্রস্তুত করিয়া তাহাতে হরিদ্রা বাটা, লবণ এবং আবশ্যক মত গুড় মিশাইয়া রসে ঢালিয়া দিতে হইবে এবং উহা দুই একবার ফুটিয়া আসিলে তাহা নামাইয়া অন্য আর একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং তাহাতে পরিমাণ মত, ঘৃত চড়াইয়া তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে সরিষা ফোড়ন দিয়া পাত্রটীর মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যখন সমুদায় সরিষা ফোটার শব্দ শেষ হইবে, তখন পূর্ব্ব রক্ষিত অম্লে আবশ্যক মত পিটালী গুলিয়া এবং লবণ দিয়া পাক-পাত্রটীর মুখ খুলিয়া তাহাতে ঢালিয়া দিতে হইবে। জ্বালে অল্পক্ষণ ফুটিলেই খেজুর রসের অম্ল পাক হইল।

যখন দেখা যাইবে রস অল্প গাঢ় রকমের হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহা নামাইয়া রাখ। খেজুর রসের অম্ল গরম গরম তত সুখাদ্য বোধ হয় না। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, শীতকালে পূর্ব্ব রাত্রে রন্ধন করিয়া কিম্বা প্রাতে রাঁধিয়া রাত্রে আহার করিলে উহার অতি চমৎকার অম্ল মধুর আস্বাদন হইয়া থাকে। এই মিষ্ট অম্ল কি প্রকার মুখ-প্রিয় তাহা এক-বার আহার করিয়া না পরীক্ষা করিলে বুঝিয়া উঠা যায় না। বিশেষতঃ অম্লে পাকা চালিতা ও আমড়া প্রভৃতি দিয়া পাক করিলে উহা রসপূর্ণ হইয়া আরও সুস্বাদু হইয়া উঠে।

বঙ্গদেশের মধ্যে সকল স্থানে এই অম্ল রাঁধিবার নিয়ম জানা নাই। আমরা আশা করি এই সহজ রন্ধন সর্ব্বত্র প্রচলিত হইয়া খাদ্যের উন্নতি সাধিত হয়।

লুড়কি।

ইহাও এক প্রকার সুখাদ্য মুখ-প্রিয় চাট্নী। অধিক পরিমাণ ঘৃত-পক্ক দ্রব্যাদির ভোজনের সময় মধ্যে মধ্যে এই চাট্নী ব্যবহার করিলে মুখ পরিষ্কার এবং রসনার নূতন উৎসাহ হইয়া উঠে। লুড়কি বৎসরের সকল সময় প্রস্তুত হওয়ার পক্ষে বিশেষ অসুবিধা এই, সকল সময় কমলালেবু পাওয়া যায় না। যে সময় কমলালেবু পাওয়া যায় অর্থাৎ শীতকালে

লুড়কি প্রস্তুতের প্রশস্ত সময়। ভোজন-প্রিয় ব্যক্তিগণ ভিন্ন ভিন্ন ঋতুতে ভিন্ন ভিন্ন প্রকার উপাদেয় খাদ্য প্রস্তুত করিয়া জিহ্বার সাধ মিটাইয়া থাকেন। সুতরাং লুড়কিও যে আহারের সময় রসনা অধিকার করিয়া বসিবে, তাহাতে আর বিচিত্রতা কি ? যে সকল দ্রব্য লইয়া উহা প্রস্তুত করিতে হয়, নিম্নে তাহার তালিকা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কমলা লেবু	...	...	...	৫০ টা।
ভাল গোলাপজল	...	...	...	আধ পোয়া।
দধি (১)	...	...	...	চারি সের।

*

কমলা লেবুগুলির খোসা ছাড়াইয়া প্রত্যেক কোয়ার গায়ের শিরা অর্থাৎ সূতার ন্যায় আঁস ছাড়াইতে হইবে। পরে তাহার ভিতরের বীজ ফেলিয়া দিতে হইবে।

এখন একটী মাটি, পাথর অথবা কাচ পাত্রে লেবুর কোয়া, দধি, চিনি এবং আবশ্যক মত লবণ মিশাইতে অর্থাৎ গুলিতে আরম্ভ কর। যখন দেখা যাইবে, উহা বেশ মিশিয়া গিয়াছে, তখন তাহাতে গোলাপজল দিয়া নাড়িয়া দেও। ইচ্ছা হইলে এই সময় তাহাতে শুঁঠের গুঁড়া ছড়াইয়া দিয়া একখানি পরিস্কৃত সোরু কাপড়ে ছাকিয়া অন্য পাত্রে ঢাকিয়া রাখ। আহারের সঙ্গে উপযুক্ত সময়ে পরিবেশন কর ভোক্তাগণ বুঝিবেন, জিহ্বার সহিত উহার কিরূপ সম্বন্ধ।

এই চাট্‌নী প্রাতে প্রস্তুত করিলে রাত্রি পর্য্যন্ত ব্যবহার করিতে পারা যায়।

---

(১) চিনিপাতা দধি হইলে স্বতন্ত্র চিনির ততটা আবশ্যক হয় না।

* কেহ কেহ এই চাট্‌নিতে সামান্য মাত্র শুঁঠের গুঁড়াও দিয়া থাকেন। ইচ্ছা হইলে উহা ত্যাগ করিতেও পারা যায়।

আমরা যেরূপ পরিমাণ উল্লেখ করিলাম, প্রয়োজনানুসারে উহার পরিমাণের হ্রাস বৃদ্ধি করিয়া লইতে পারা যায়।

নলেন গুড়ের পায়স।

গুড়, চিনি এবং মধু প্রভৃতি নানা প্রকার মিষ্ট দ্বারা পায়স প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন মিষ্ট দ্রব্যে পাক করিলে পায়সের আস্বাদন যে, ভিন্ন ভিন্ন প্রকার হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয়, সকলেই অবগত আছেন। আমরা এই প্রস্তাবে অদ্য নলেন গুড়ের পায়স পাকের নিয়ম লিখিব, অন্যান্য পায়সের পাক-প্রণালী পরে উল্লেখ করিয়া সাধারণের গোচর করিব ইচ্ছা আছে।

খর্জ্জুর গুড়ের মধ্যে নলেন গুড়ই সর্ব্বোৎকৃষ্ট। নলেন গুড়ের এক প্রকার সুগন্ধের জন্য উহার বিশেষ আদর। ঐ গুড়ের আর একটী বিশেষ গুণ এই যে, প্রায় এক বৎসর পর্য্যন্ত গুড়ে ঐ গন্ধ বর্ত্তমান থাকে। তবে শীতকালের প্রথমে নলেন গুড়ের যেমন রসনা তৃপ্তি-কর আস্বাদন থাকে, পুরাতন হইলে কিছু ব্যতিক্রম ঘটিয়া উঠে।

যে কোন প্রকার পায়স পাকের পক্ষে দুগ্ধের উপর অধিক নির্ভর করিতে হয়। অর্থাৎ দুগ্ধ যে পরিমাণে নির্জ্জলা হইবে, পায়সও যে সেই পরিমাণে উৎকৃষ্ট হইবে, তাহা যেন প্রত্যেক পাচকের মনে থাকে। দুগ্ধের দোষেই অনেক স্থানে পায়স খারাপ হইয়া উঠে। এজন্য খাটি দুগ্ধ সংগ্রহ করিয়াই পায়স রন্ধন করা উচিত। দুগ্ধে জল মিশ্রিত হইলে তাহাতে অধিক পরিমাণে মিষ্ট ব্যবহার করিতে হয়, কিন্তু তদ্দ্বারা পায়সের পায়সে আস্বাদন নষ্ট করিতে পারা যায় না। ভালরূপ নির্জ্জলা দুগ্ধে পায়স পাক করিলে, তাহাতে অধিক মিষ্ট লাগে না, দুগ্ধের মিষ্টতায় উৎকৃষ্ট মিষ্ট হইয়া উঠে এবং খাটি দুগ্ধের পায়স অধিক আহার করিতেও পারা যায় না। অনেক স্থলে প্রসিদ্ধ আছে, কোন কোন দেবালয়ে দেবতার এত মহাত্ম্য যে, তথাকার পায়স কেহ অধিক আহার

করিতে সমর্থ হয় না, সামান্যমাত্র আহার করিলে মুখ মারিয়া আইসে; নির্জ্জলা দুগ্ধের দ্বারা পায়স প্রস্তুত করাতেই যে. ঐরূপ ঘটিয়া থাকে, তাহা অনেকেই অবগত নহেন। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, নির্জ্জলা দুগ্ধে পায়স পাক করিলে এবং সেই দুগ্ধে যদি ভাল রকম ঘৃত খাওয়ান যায়, তবে তদ্দ্বারা যে পায়স প্রস্তুত হয়, তাহা অধিক আহার করিতে পারা যায় না, পেটে যত ক্ষুধা থাকুক না কেন, অল্পমাত্র আহার করিলে মুখ জড়াইয়া উঠে। যে নিয়মে নলেন গুড়ের পায়স পাক করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

দুগ্ধ	এক সের।
নলেন গুড় (১)	দেড় পোয়া।
চাউল	আধ পোয়া।
ঘৃত	আধ ছটাক।
ছোট এলাচচূর্ণ	এক আনা।

পায়সের পক্ষে সরু আতপ চাউল হইলেই ভাল হয়। দানাদার আস্ত আস্ত চাউল দ্বারা পায়স পাক করিলে উহা আর গলিয়া যায় না। প্রথমে চাউলগুলি উত্তমরূপ ঝাড়িয়া বাছিয়া সমুদায় ঘৃতে অল্প পরিমাণ ভাজিয়া লইতে হইবে এবং উহা ভাজা হইলে পরে তাহাতে সমুদায় দুগ্ধ ছাঁকিয়া ঢালিয়া নাড়িতে হইবে। কেহ কেহ চাউল প্রথমে না দিয়া অগ্রে দুগ্ধ জ্বালে চড়াইয়া থাকেন এবং উহার একটী বলক উঠিলে, তাহাতে পূর্ব্বোক্ত ভর্জ্জিত চাউলগুলি ঢালিয়া দেন। ফলতঃ পাঠকগণ এই উভয় প্রকার নিয়মের মধ্যে যে কোন নিয়মে পাক করিতে পারেন। পায়স জ্বালে থাকিলে সর্ব্বদাই নাড়িতে হয়; কারণ ভালরূপ নাড়া চাড়ার ব্যাঘাত হইলে উহা ধরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার খুব সম্ভব। জ্বালের অবস্থায় নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে, চাউল বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে,

(১) নলেন ভিন্ন অন্য গুড়ে পাক করিলে তাহাতে সুগন্ধ থাকে না।

তখন তাহাতে সমুদায় গুড় ঢালিয়া দিয়া পূর্ব্ববৎ আস্তে আস্তে নাড়িতে হইবে। এই সময় ইচ্ছা হইলে উহাতে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্‌ দিতে পারা যায়। কিস্‌মিসাদি দিলে উহার আস্বাদ অতি উপাদেয় হইয়া উঠে। ফলতঃ ভোক্তাদিগের রুচি অনুসারে উহার ব্যবহার স্থির করিয়া লইতে পারেন।

অনন্তর যখন দেখা যাইবে যে, পায়সের চাউলগুলি বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে এবং দুগ্ধ মরিয়া ক্ষীরের ন্যায় হইয়াছে, অর্থাৎ কাটি কিম্বা হাতার গায়ে জড়াইয়া লাগিতেছে, তখন আর জ্বালে রাখার আবশ্যক করে না। পাক-পাত্রটী উনান হইতে নামাইয়া তাহাতে সমুদায় এলাচ-চূর্ণ ছড়াইয়া দিয়া, একটী পরিষ্কার পাত্রে ঢাকা দিয়া রাখিতে হইবে। পরিবেশনের সময় একবার নাড়িয়া চাড়িয়া ভোক্তাদিগকে আহার করিতে দেও, জানিতে পারিবে নলেন গুড়ের পায়স কি প্রকার মধুর স্বাদ-যুক্ত।

আমরা যে পরিমাণ পায়সের পাকের নিয়ম লিখিলাম, পাচক ও পাচিকাগণ প্রয়োজনানুসারে উহার পরিমাণ বৃদ্ধি করিয়া লইতে পারেন।

পায়স এদেশে যে কোন সময় হইতে প্রচলিত তাহার সঠিক বিবরণ জানিবার বিশেষ কোন উপায় নাই। অতি প্রাচীন সংস্কৃত গ্রন্থে দেব-ভোগে উহার উল্লেখ দেখিতে পাওয়া যায়। ফলতঃ পায়স একটী উপাদেয় খাদ্য। যে সময় পৃথিবীর অন্যান্য জাতি সম্পূর্ণ অসভ্য ছিল, আহারের পরিপাট্য কোন স্থানে সাধিত হয় নাই, সেই সময় ভারতে পায়সের পাক-প্রণালী প্রকাশ হয়।

হিন্দু-শাস্ত্রমতে পায়স অতি পবিত্র দেব-ভোজ্য খাদ্য।

কমলালেবুর পায়স।

কমলা লেবুর পায়স যে কি প্রকার মুখ-প্রিয় ও রুচি-কর তাহা একবার আহার করিয়া দেখিলেই বুঝিতে পারা যায়। আমরা ইচ্ছা করি পাঠকগণ

উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি-সাধন করেন। যে নিয়মে এই উপাদেয় খাদ্য পাক করিতে হয়, এক্ষণে তাহা উল্লেখ করা যাইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কমলা লেবুর রস	এক পোয়া
দুগ্ধ (খাটি)	এক সের।
সুজি	আধ ছটাক।
ঘৃত	এক ছটাক।
বাদাম	আধ ছটাক।
কিস্‌মিস্	আধ ছটাক।
ছোট এলাচের দানা	দুই আনা।
চিনি	এক পোয়া।

প্রথমে জ্বালে দুগ্ধের দুইটী বলক তুলিয়া রাখিতে হইবে. অথবা একটী উনানে উহা জ্বালে বসাইয়া মৃদু তাপে ঘন ঘন নাড়িতে হইবে। এরূপ নিয়মে নাড়িতে হইবে তাহাতে যেন সর না পড়ে।

এদিকে লেবুর রসে চিনি মিশাইয়া তাহা সামান্যমাত্র গরম করিয়া নামাইয়া রাখিতে হইবে। পরে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে এবং তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে বাদাম ও কিস্‌মিস্‌গুলি অল্পমাত্র ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিতে হইবে। পরে ঐ গরম ঘৃতে এলাচের দানাগুলি ছাড়িয়া দিতে হইবে এবং একখানি খুন্তি দ্বারা তাহা নাড়িয়া চাড়িয়া দিয়া তাহাতে সমুদায় সুজি ঢালিতে হইবে। কিন্তু নাড়া বন্ধ করা হইবে না। সুজির অল্প লাল্‌ছে লাল্‌ছে ধরণের রঙ হইলে তাহাতে চিনি মিশ্রিত লেবুর রস ঢালিয়া দিতে হইবে এবং একটু ফুটিতে আরম্ভ হইলে পূর্ব্ব রক্ষিত গরম দুগ্ধ অল্প অল্প পরিমাণে উহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। এইরূপে ক্রমে ক্রমে সমুদায় দুগ্ধ খাওয়াইতে হইবে। দুগ্ধ খাওয়ান শেষ হইলে তাহাতে বাদাম ও কিস্‌মিস্ দিয়া অল্পক্ষণ ফুটাইলে উহা পায়সের আকারে গাঢ় হইয়া আসিবে।

এখন পাক-পাত্রটী জ্বাল হইতে নামাইয়া রাখিতে হইবে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে কমলা লেবুর পায়স প্রস্তুত হইল।

পায়সের জন্য মিষ্ট আস্বাদনের লেবু সংগ্রহ করিতে হয় তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন; কারণ অম্লরসে দুগ্ধ নষ্ট করিয়া থাকে। দুগ্ধ নষ্ট হইবে না অথচ সুখাদ্য পায়স প্রস্তুত হইবে. কমলা লেবুর পায়সে ইহাই প্রধান গুণপনা।

এদেশে যে সকল লেবু আমদানী হইয়া থাকে, তদসমুদায় প্রায় অম্লরস বিশিষ্ট; কারণ ব্যবসায়ীগণ শ্রীহট্ট হইতে কাঁচা অবস্থায় উহা ভাঙিয়া লইয়া আইসে। সুপক্ক অর্থাৎ গাছপাকা কমলার আস্বাদন অতি মধুর সুতরাং তদ্দারা পায়স প্রস্তুত করিলে, তাহা যে অতি উপাদেয় হইবে, তাহাতে আর সন্দেহ কি?

আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, এদেশে যে সকল লেবু আসিয়া থাকে, তাহার মধ্য হইতেও বাছিয়া লইলে পায়স প্রস্তুত হইতে পারে।

মিষ্ট কুমড়ার হালোয়া বা মোহনভোগ।

মিষ্ট বা মিঠা কুমড়া যে সুখাদ্য তরকারী, তাহা সকলেই অবগত আছেন। উহা যে কেবলমাত্র ব্যঞ্জনে ব্যবহৃত হয়, এরূপ নহে, তদ্দারা আবার নানাপ্রকার সুখাদ্য মিষ্ট দ্রব্য প্রস্তুত হইয়া থাকে। মিঠা কুমড়া দ্বারা যে নিয়মে মোহনভোগ প্রস্তুত করিতে হয়, এ প্রস্তাবে তাহাই লিখিত হইতেছে।

মোহনভোগের জন্য সুপক্ক কুমড়াই প্রশস্ত; কারণ উহা যে পরিমাণে সুপক্ক হইবে সেই পরিমাণে মিষ্টরসের সঞ্চার হইয়া থাকে। এমন কি ভাল রকম পাকা কুমড়া সুপক্ক পেঁপের ন্যায় মিষ্ট বোধ হয়। সুতরাং মোহনভোগের জন্য পাকা কুমড়া সংগ্রহ করাই সুপরামর্শ। যে নিয়মে উহা দ্বারা মোহনভোগ প্রস্তুত করিতে হয় এক্ষণে তাহার বিবরণ লিখিত হইতেছে।

কুমড়া	...	...	...	এক সের।
সফেদা (চাউলের আটা)		...	...	আধ পোয়া।
চিনি	...	...	...	আধ সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
দারুচিনির কুচি	...	...	...	দুই আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	আট টা।
বাদাম	...	...	...	এক ছটাক।
কিস্মিস্	...	...	...	এক ছটাক।
পেস্তা	...	...	...	এক ছটাক।

প্রথমে কুমড়া ফালা ফালা করিয়া কুটিয়া লইতে হইবে। পরে তাহার বীজ ও আঁতি এবং একটু পুরু অর্থাৎ মোটাভাবে খোলা ছাড়াইয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। এখন ঐ কুমড়ার ফালিগুলি বেশ করিয়া পরিষ্কার জলে ধুইয়া লও।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে আবশ্যকমত জলে ধৌত কুমড়ার ফালিগুলি উত্তমরূপে সুসিদ্ধ কর। এবং সিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া রাখ। জল শীতল হইলে তাহা ফেলিয়া দিয়া কুমড়ার ফালিগুলি উত্তমরূপে চটকাইয়া পরিষ্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া লও।

ছাঁকা হইলে তাহাতে চিনি, সফেদা উত্তমরূপে মিশাইয়া লও। এক্ষণে একখানি পরিষ্কৃত কড়া কিম্বা অন্য কোন প্রকার পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দেও। জ্বালে ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দেও। অনন্তর তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত কুমড়া ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাক। এইরূপ অবস্থায় কিছুক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা চট্‌চটে হইয়া কাটি বা খুন্তির গায়ে কামড়াইয়া ধরিতে থাকিবে এবং কুমড়ার গন্ধ নষ্ট হইয়া তাহা হইতে ঘৃত বাহির হইতে থাকিবে। এই সময় বাদাম, পেস্তা, কিস্মিস্ এবং এলাচচূর্ণ ও দারুচিনির কুচিও ঢালিয়া দিয়া দুই চারিবার নাড়াচাড়ার পর জ্বাল হইতে নামাইয়া লইবে।

যদি উহা বরফির ন্যায় জমাইতে ইচ্ছা থাকে, তবে একখানি থালা

বা পাথর অথবা তৎসদৃশ অন্য কোন পাত্রে সামান্য পরিমাণ ঘৃত মাখাইয়া তাহাতে উহা ঢালিয়া সমান করিয়া দিবে এবং কঠিন হইলে বরফির আকারে ইচ্ছামত ছোট কিম্বা বড় আকারে কাটিয়া লইলেই হইল। আর যদি মোহনভোগের ন্যায় রাখিয়া আহার করিতে ইচ্ছা হয়, তবে অমনি আহার করিলেই চলিতে পারে।

এই মোহনভোগ যেরূপ সুখাদ্য, তাহা একবার প্রস্তুত করিয়া পরীক্ষা করিলেই বুঝিতে পারা যায়।

আমরা বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিসের যেরূপ পরিমাণ উল্লেখ করিলাম, ভোক্তাগণ ইচ্ছা এবং রুচি অনুসারে উহার পরিমাণ হ্রাস বৃদ্ধি করিয়া লইতে পারেন।

পেঁপের ডাঁল্লা।

কাঁচা পাপিয়া বা পেঁপের দ্বারা অতি উপাদেয় ডাঁল্লা প্রস্তুত হইয়া থাকে। নিরামিষ-ভোজীদিগের নিকট এই ব্যঞ্জনের অত্যন্ত আদর। রোগীকে পর্য্যন্ত পেঁপের ডাঁল্লা পথ্যে ব্যবস্থা করিতে পারা যায়। বিশেষতঃ অর্শ রোগে উহা অতি সুপথ্য। যে নিয়মে এই সুখাদ্য ব্যঞ্জন রন্ধন করিতে হয়, তাহার বিবরণ লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

পেঁপে (কুটা)	...	...	এক সের।
জিরামরিচ বাটা	...	...	এক তোলা।
তেজপাতা	...	...	চারি খানি।
জিরা	...	...	এক আনা।
ধনে বাটা	...	...	তিন তোলা।
তিল বাটা	...	...	এক তোলা।
চিনি	...	...	আধ ছটাক।
দুগ্ধ	...	...	এক ছটাক।

ঘৃত (১)	...	...	এক ছটাক।
পিঠালী	...	...	এক তোলা।
ফুলবড়ী	...	...	আধ পোয়া।
লবণ	...	...	তিন তোলা।
জল	...	...	নয় পোয়া।

প্রথমে পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া ডাঁল্লার উপযুক্ত ছোট ছোট ডুমা করিয়া কুটিয়া লইতে হইবে। তরকারীমাত্রই যে, কুটিয়া শীতল জলে ধুইয়া লইতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে।

এখন একটী হাঁড়িতে দুই সের জল জ্বালে চড়াও। এবং সেই জলে পেঁপেগুলি সিদ্ধ কর। ঝাল ডাঁল্লা কিম্বা মাছের সহিত পেঁপে রাঁধিতে হইলে অল্প মাত্রায় হরিদ্রাবাটা অথবা গুঁড়া দিয়া সিদ্ধ করিয়া লওয়া ব্যবস্থা। জ্বালের অবস্থায় একখানি সরা হাঁড়ির মুখে ঢাকিয়া দিলে উহা শীঘ্রই সিদ্ধ হইয়া আইসে। এস্থলে একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ গাছের টাট্‌কা পেঁপে হইলে তাহা যেমন শীঘ্র সুসিদ্ধ হইয়া থাকে এবং তরকারীর যে প্রকার চমৎকার আস্বাদন হয়, বাসী শুঁট্‌কা পেঁপের সেরূপ হয় না। পেঁপে সিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া জল গালিয়া ফেলিতে হয়।

এ দিকে একটী পাক-পাত্রে আধ ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলি ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। বড়ী তুলিয়া পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে তেজপাতা ও জিরা ফোড়ন দিয়া মধ্যে মধ্যে নাড়ীতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা বেশ সম্বরার মত হইয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্ব-রক্ষিত পেঁপেগুলি ঢালিয়া দিয়া হয় কাটি দ্বারা কিম্বা বেড়ী দিয়া পাত্রটী ধরিয়া মধ্যে মধ্যে তরকারী গুলি উল্টাইয়া দিতে হইবে। অল্পক্ষণমাত্র জ্বালে থাকিলে পেঁপের একটু রং পরিবর্ত্তিত হইয়া আসিবে, ঈষৎ বাদামী

(১) যাঁহারা তৈল দ্বারা রন্ধন করিবেন, তাঁহারা এক ছটাক তৈলে রন্ধন সারিয়া শেষে আধ ছটাক ঘৃত ব্যঞ্জনে দিবেন।

ধরণের হইবে। তখন তাহাতে ধনে বাটা জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিতে হইবে। পেঁপে অল্পমাত্রায় ভাজিয়া লইলে, কাঁচা পেঁপের এক প্রকার দুর্গন্ধ নষ্ট হইয়া থাকে।

ধনে বাটার সহিত একবার ফুটিয়া আসিলে তাহাতে জিরামরিচ বাটা দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা ঘন হইয়া আসিবে ; তখন আর বিলম্ব না করিয়া দুগ্ধ, চিনি, তিলবাটা এবং পিঠালি এক সঙ্গে গুলিয়া ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিতে হইবে। অনন্তর তাহাতে বড়ী ভাজা এবং অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া রাখিলেই পেঁপের মিষ্ট ডাঁল্লা রন্ধন হইল।

পেঁপের ঝাল ডাঁল্লা রাঁধিতে হইলে, লঙ্কা ফোড়ন দিতে হয়। দুগ্ধ, মিষ্ট, তিল প্রভৃতি আদৌ ব্যবহার হয় না। এবং পূর্ব্ব লিখিত নিয়মানুসারে রন্ধন করিয়া লইতে হয়। ঘৃতের অভাবে কেবলমাত্র তৈল দ্বারাও রন্ধন হইতে পারে। তবে নিরামিষ ডাঁল্লায় একটু ঘৃত হইলে আস্বাদন ভাল হইয়া থাকে। অসমর্থের পক্ষে প্রথমে তৈল দ্বারা রন্ধন করিয়া নামাইবার সময় ব্যঞ্জনে অল্পমাত্র ঘৃত ছড়াইয়া দিলেই চলিতে পারে।

ডাঁল্লায় আদৌ ঝোল রাখা উচিত নহে। বেশ ঘন ঘন থকৃথকে হইলেই নামান আবশ্যক।

বাঁশের কোঁড়ার ডাঁল্লা।

ভাল করিয়া রাঁধিতে পারিলে এই ডাঁল্লা অত্যন্ত সুখাদ্য অথচ সামান্য আয়াস সাধ্য। মনে করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা পাক করিয়া পরীক্ষা করিতে পারেন। বাঁশের কোঁড় কাহাকে বলে, এবং উহা দ্বারা কি নিয়মে ব্যঞ্জন রন্ধন করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে।

শ্রাবণ ও ভাদ্র মাসে যখন বাঁশের নূতন অঙ্কুর বা কোঁড় হইতে আরম্ভ হয়। তখন একটী সতেজ কোঁড় বাছিয়া তাহার উপর একটী শূন্য হাঁড়ি এরূপ ভাবে উপুড় করিয়া স্থাপন করিতে হইবে, যেন হাঁড়িটী ঠেলিয়া উঠিতে না

পারে। পোনর ষোল দিন হাঁড়িটী এইরূপ অবস্থায় রাখিয়া পরে হাঁড়ির সহিত কোঁড়ের গোড়া কাটিয়া লইতে হইবে। পরে হাঁড়িটী ভাঙ্গিয়া ফেলিলে, দেখিতে পাইবে বাঁধা কপির ন্যায় ঠিক হাঁড়ি জোড়া একটী শাদা তাল বাঁধা কোঁড় হইয়াছে। এক্ষণে এই কোঁড় দ্বারা ব্যঞ্জন রাঁধিতে হইবে। এই ব্যঞ্জনে যে যে দ্রব্যের যে পরিমাণ উপকরণ লাগিয়া থাকে, তাহার তালিকা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কোঁড়	এক সের।
গোল আলু	আধ সের।
ছোলা বা শাদা বড় মটর (ভিজা) ...	আধ পোয়া।
ধনিয়া বাটা	দুই তোলা।
জিরা মরিচ বাটা	তিন তোলা।
হরিদ্রা বাটা	দুই তোলা।
দারুচিনি বাটা	আধ তোলা।
লবঙ্গ বাটা	এক তোলা।
ছোট এলাচ	আধ তোলা।
পাঁচ ফোড়ন	চারি আনা।
তেজপত্র	এক সিকি।
লবণ	তিন তোলা।
ঘৃত	তিন ছটাক।
জল	এক পোয়া।

প্রথমে তরকারীর উপযুক্ত আকারে কোঁড়টী ছাল ফেলাইয়া ডুমা ডুমা ধরণে কুটিয়া রাখ; অনন্তর আলু কুটিয়া ও ধুইয়া পৃথক পৃথক স্থানে রাখিত হইবে।

এখন একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে জল ঢালিয়া দেও। পরে তাহাতে কুটা কোঁড় ঢালিয়া দিয়া সিদ্ধ করিয়া লও, যখন দেখা যাইবে বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, তখন উহা নামাইয়া জল গালিয়া ফেলিয়া

দেও এবং ঠাণ্ডা হইলে কোঁড়গুলি উত্তমরূপে চট্‌কাইয়া তাহাতে ধনে বাটা, হরিদ্রা বাটা, জিরামরিচ বাটা, এবং লবণ মিশাইয়া রাখ। কেহ কেহ উহা না চট্‌কাইয়া ডুমা ধরণেও রাঁধিয়া থাকেন।

এদিকে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দেও। যখন উহা পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে পাঁচ ফোড়ন দিয়া আলু, পরে চট্‌কান কোঁড়, এবং ছোলাগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক। অনন্তর তাহাতে জল ও তেজপত্র দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। পাঁচ ছয় মিনিট পরে ঢাকনি খুলিয়া দারুচিনি বাটা, লবঙ্গ বাটা এবং এলাচ বাটা অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দেও। ব্যঞ্জন এখন আর জ্বালে রাখিবার প্রয়োজন নাই, উহা একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রটীর মুখ বন্ধ করিয়া রাখিয়া দেও। পরিবেশন কালে আর একবার নাড়িয়া লইয়া পরিবেশন করিবে। এখন ভোক্তাগণ বুঝিতে পারিবেন এই ডাল্‌না কেমন মুখ-প্রিয়।

চিড়ার ঘণ্ট।

পূর্ব্ব বঙ্গের মহিলারা চিড়া দ্বারা এক প্রকার উপাদেয় ব্যঞ্জন রন্ধন করিয়া থাকেন। এই পাকের নিয়ম অতি সহজ। বঙ্গদেশের সকল স্থানে চিড়ার ঘণ্ট রাঁধিবার নিয়ম জানা নাই, এজন্য আমরা আশা করি এই প্রবন্ধ পাঠ করিয়া অন্যান্য স্থান সমূহে উহার আদর বৃদ্ধি হইতে পারে।

পরিষ্কৃত সোরু চিড়াই ঘণ্টের উপযুক্ত। প্রথমতঃ চিড়াগুলি উত্তমরূপে ঝাড়িয়া বাছিয়া লওয়া প্রয়োজন। এস্থলে পাঠকগণের একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক, চিড়া অধিক দিনের হইলে উহার আস্বাদন আতিক্ত হইয়া থাকে। এজন্য টাট্‌কা চিড়া দ্বারা উহা পাক করিলে ভাল হয়।

মৎস্যের সহিত রন্ধন করিলে এই ঘণ্ট অতি উপাদেয় হইয়া থাকে। মৎস্যের মধ্যে রোহিত কিম্বা কাতলার মস্তক হইলেই ভাল হয়। মস্তকের অভাবে মৎস্যের ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ডুমা দ্বারাও হইতে পারে। রুচি ভেদে কেহ

কেহ ঈষৎ পচা গোছের মাছের সহিত এই ঘণ্ট পাক করিয়া থাকেন এবং তাহাতে উপযুক্ত পরিমাণ পিয়াজও ব্যবহার হইয়া থাকে। যে যে দ্রব্যের যেরূপ উপকরণ লইয়া এই ঘণ্ট রন্ধন করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

চিড়া	আধ সের।
রোহিত মৎস্যের মস্তক (অভাবে ভাজা মৎস্য)	এক সের।
ধনে বাটা	চারি তোলা।
হরিদ্রা বাটা	দুই তোলা।
জিরা বাটা	দুই তোলা।
লঙ্কা বাটা (১)	এক তোলা।
লবণ	তিন তোলা।
ঘৃত	তিন ছটাক।
তেজপত্র	চারি খানি।
ছোট এলাচের দানা	চারি আনা।
দারুচিনি	ছয় আনা।
লবঙ্গ	ছয় আনা।
আদার কুচি	দুই তোলা।
জল	এক সের।

প্রথমে চিড়াগুলি উত্তমরূপে ঝাড়িয়া লওয়া আবশ্যক। এখন একখানি পরিষ্কৃত কড়া জ্বালে চড়াইয়া গরম করিতে হইবে। উহা গরম হইলে তাহাতে চিড়াগুলি ঢালিয়া দিয়া একখানি খুন্তি দ্বারা অনবরত নাড়িতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে চিড়া ঈষৎ লাল্‌ছে রঙের হইয়া আসিবে এবং দুই একটী ফুটিতে আরম্ভ করিবে। এখন উহা নামাইয়া

(১) রুচি অনুসারে কম করিতে পারা যায়।

অপর একটী পাত্রে রাখিতে হইবে। কেহ কেহ আবার এইরূপ ভাজিবার সময় এক ঝিনুক পরিমাণ লবণ জলও তাহাতে মাখাইয়া ভাজিয়া থাকেন।

চিড়া নামাইয়া কড়াখানি ধুইয়া পুঁছিয়া পুনর্ব্বার জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা গরম হইলে তাহাতে এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে মাছের মাথাটী ভাজিতে হইবে। এই সময় একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক। মস্তক উত্তমরূপে ধুইয়া এবং দো-চিরা করিয়া লইতে হইবে। মাথার অভাবে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র মৎস্য খণ্ড তৈল অথবা ঘৃতে ভাজিয়া লইলেও চলিতে পারে। ভাজার অবস্থায় সর্ব্বদাই নাড়িয়া দিতে হয়। পরে তাহাতে এক তোলা লবণ দিয়া নাড়িতে হইবে। এইরূপ নাড়া চাড়াতে যখন উহা ভাঙ্গিয়া আসিবে অথচ ভাজা হইবে, তখন তাহা নামাইয়া রাখিবে।

এই সময় একটী পরিষ্কৃত হাঁড়ি জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা গরম হইলে তাহাতে এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে, জ্বালে উহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে সমুদায় তেজপত্র ও আদার কুচি এবং অর্দ্ধেক এলাচের দানা, অর্দ্ধেক দারুচিনির কুচি, অর্দ্ধেক লবঙ্গ অল্পক্ষণ নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে, উহা ভাজা ভাজা অর্থাৎ লাল্‌ছে ধরণ হইলে, ধনে বাটা, লঙ্কা বাটা, হরিদ্রা বাটা, জিরা বাটা জলে গুলিয়া হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া দুই একবার নাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় কিছুক্ষণ জ্বালে থাকিলে যখন জল ফুটিয়া উঠিবে, তখন ঢাক্‌নি খানি খুলিয়া চিড়া ভাজা মৎস্যের মস্তক অথবা ভাজা মাছ এবং লবণ তাহাতে ঢালিয়া দিতে হইবে। সমুদায় গুলি ঢালিয়া দেওয়া হইলে একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। এই অবস্থায় মধ্যে মধ্যে ঢাকনি খানি খুলিয়া এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দেওয়া আবশ্যক।

যত জল মরিয়া আসিবে, ততই অধিক পরিমাণে নাড়িলে ভাল হয়, কারণ সেই অবস্থায় ধরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার সম্ভব।

যখন দেখা যাইবে ব্যঞ্জনের জল মরিয়া বেশ থক্‌থকে গোছ হইয়াছে,

এবং উহার এক প্রকার রঙ হইয়াছে, তখন আর বিলম্ব না করিয়া অবশিষ্ট এলাচের দানা, দারচিনি এবং লবঙ্গ উত্তমরূপে খিচ-শূন্য ভাবে বাটিয়া ঘৃতের সহিত মিশাইয়া ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময় আর একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত পরিবেশন করা না হয়, ততক্ষণ ঢাকা রাখাই প্রশস্ত। কারণ উহা খুলিয়া রাখিলে মসলাদির সুগন্ধ নির্গত হইয়া যায়। অনন্তর পরিবেশনকালে আর একবার ব্যঞ্জন নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন করিতে হইবে।

এখন পাচকগণ বুঝিতে পারিলেন, চিড়ার ঘণ্ট রন্ধন কত সহজ এবং কিরূপ সামান্য ব্যয়-সাধ্য। অতএব ইচ্ছা করিলেই যে, প্রত্যেক গৃহস্থ উহা রন্ধন করিয়া আত্মীয়স্বজনের রসনা পরিতৃপ্ত করিতে পারিবেন, তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই।

তুনকী রোটী।

রোটী বা রুটীর মধ্যে ইহা একটী সুখাদ্য। উত্তমরূপে প্রস্তুত করিতে পারিলে সকলেরই রসনা উহার উপাদেয়তা স্বীকার করিয়া থাকে। যে নিয়মে এই উপাদেয় রোটী প্রস্তুত করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
দুগ্ধ	...	...	...	এক পোয়া।
লবণ	...	...	...	দেড় তোলা।

প্রথমে ময়দায় অর্দ্ধেক ঘৃত মাখাইয়া পরে তাহাতে দুগ্ধ ও লবণ দিতে হইবে। এখন দুগ্ধাদির সহিত উহা উত্তমরূপে মর্দ্দন অর্থাৎ দলিতে হইবে। লুচি ও রোটীর ময়দা অধিক পরিমাণে মর্দ্দন করিলে তদ্দ্বারা খাদ্য দ্রব্য অতি উত্তম হইয়া থাকে। অর্থাৎ রোটী প্রভৃতি অত্যন্ত কোমল হয়।

এইরূপ মর্দ্দনের অবস্থায় মধ্যে মধ্যে অল্প পরিমাণে জল দিয়া খমির প্রস্তুত করিতে হইবে। উপযুক্ত আকারে খমির প্রস্তুত হইলে তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত মাখাইয়া তিন তোলা পরিমিত এক একটী লেট্টী তৈয়ার করিতে হইবে। এখন ঐ লেট্টী বেল্‌না দ্বারা পাঁপরের মত রোটী প্রস্তুত করিয়া তাওয়ায় স্থাপন করিতে হইবে। তাওয়ায় স্থাপিত হইলে আর একটী পাত্র দ্বারা তাহা ঢাকিয়া দিয়া নিম্ন ও উর্দ্ধে কয়লার আগুণ চাপাইয়া দিতে হইবে। আগুনের আঁচ অনুসারে অল্প সময়ের মধ্যে রোটী প্রস্তুত হইবে। লিখিত নিয়মে রোটী প্রস্তুত করিলেই তুন্‌কী রোটী তৈয়ার হইল। এখন ভোক্তাগণ উহা আহার করিয়া দেখুন, তুন্‌কী রোটী বাস্তবিক তাঁহা-দিগের রসনার আনন্দ-র্দ্ধন করিতে পারে কি না।

চিংড়ী মাছের সহিত বুটের দাইল।

নিরামিষ বুটের দাইল ভাল করিয়া রাঁধিতে পারিলে ঠিক মাংসের ন্যায় উহার আস্বাদন হইয়া থাকে, সুতরাং রোহিত প্রভৃতি মাছের মাথা কিম্বা চিংড়ী মাছের সহিত রাঁধিলে উহা যে, বাস্তবিক অত্যন্ত মধুর এবং উপাদেয় হয়, তাহা বলা বাহুল্য। দাইল রাঁধিবার নিয়ম নিম্নে পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

বুটের দাইল	এক সের।
মৎস্য (ডুমা ডুমা ধরণে)	এক সের।
হরিদ্রা বাটা	তিন তোলা।
ধনে বাটা	চারি তোলা।
লঙ্কা বাটা	আধ তোলা।
আস্ত লঙ্কা	দুই টা।
জিরামরিচ বাটা	দুই তোলা।
আদার কুচি	আধ তোলা।
ছোট এলাচ	চারি আনা।

দারুচিনি	...	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	চারি আনা।
তেজপত্র	...	...	...	ছয় খানি।
ঘৃত	...	...	...	আধ পোয়া।
তৈল	...	...	...	এক পোয়া।
লবণ	...	...	...	ছয় তোলা।
বাতাসা বা চিনি কিম্বা গুড়	...	...	...	এক তোলা।
জল	...	...	...	তিন সের।

বড় বড় টাটকা গল্‌দা অথবা বাগ্‌দা চিংড়ীই প্রশস্ত। মাছগুলি প্রথমতঃ উত্তমরূপে কুটিয়া বাছিয়া লইবে। পরে তাহাতে তিন তোলা লবণ মাখাইয়া জলে উত্তমরূপে ধুইয়া লইবে।

এদিকে একখানি কড়া জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে সমুদায় তৈল ঢালিয়া দিবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে মাছগুলি বাদামী ধরণে ভাজিয়া তুলিয়া রাখিবে।

মাছ প্রস্তুত করা হইলে দাইল প্রস্তুত করিতে হইবে। টাট্‌কা দানাদার দাইল হইলেই ভাল হয়। অধিক দিনের পুরাতন দাইল শীঘ্র সিদ্ধ হইতে বিলম্ব হয় এবং আস্বাদন তত ভাল হয় না। আর ভাঙা ভাঙা দাইল হইলে উহা গলিয়া গিয়া কাদার মত হইয়া থাকে। বুটের দাইল কাদার মত হইলে তত ভাল হয় না, দাইল গুলি আস্ত আস্ত থাকিবে অথচ উহা সুসিদ্ধ হইয়া ফাটিয়া পড়িবে এবং মুখে দিলে মিলাইয়া যাইবে। এইরূপ দাইলই অতি উপাদেয়।

দাইলগুলি প্রথমে উত্তমরূপে ঝাড়িয়া বাছিয়া লইবে। হাত বাছাই করিতে পারিলে ভাল হয়। পরে তাহা পরিষ্কৃত জলে উত্তমরূপে ধুইয়া লইবে, এখন এই ধৌত দাইলগুলি বাতাসে ছড়াইয়া দিবে এবং মধ্যে মধ্যে নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে থাকিবে। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ থাকিলে উহা শুষ্ক এবং ঝর্‌ঝরে হইয়া উঠিবে।

এখন অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃতের সহিত একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইবে, এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে লঙ্কা, তেজ পাতা এবং এলাচের দানা দারুচিনি ও লবঙ্গ প্রত্যেক অর্দ্ধ পরিমাণ আর সমুদায় আদার কুচি ঐ ঘৃতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখা যাইবে, জ্বালে বাদামী বর্ণের হইয়াছে, তখন তাহাতে দাইল গুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে এবং দুই একটী ফুটিতে আরম্ভ হইলে তাহাতে গরম জল ঢালিয়া দিবে। উহা ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে।

কিছুক্ষণ উহা জ্বালে থাকিলে উথলিয়া উঠিবে, তখন ঢাকনি খানির অর্দ্ধেক খুলিয়া রাখিবে এবং হরিদ্রা বাটা ছাড়িয়া দিবে। দাইল অধিক উথলিয়া পড়িতে আরম্ভ হইলে একটু ঘৃত কিম্বা তৈল তাহাতে ঢালিয়া দিলে উহা বন্ধ হইয়া আসিবে। কিছুক্ষণ ফুটার পর তাহাতে ভাজা মাছ-গুলি ঢালিয়া দিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় জ্বাল পাইলে দাইল বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। তখন কাটি দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় চিনি ও লবণ দেওয়া আবশ্যক। ধনে, জিরামরিচ বাটা এবং লঙ্কা বাটাও এই সঙ্গে দিবে।

দাইলের জল মরিয়া আসিলে এবং উহা সুসিদ্ধ হইলে অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে, কারণ এই সময় উহা ধরিয়া যাইবার বিশেষ সম্ভব। সুতরাং সামান্য আঁচে রাখিয়া সর্ব্বদা ধীরে ধীরে উহা নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে থাকিবে।

যখন দেখা যাইবে দাইল বেশ সুসিদ্ধ ও থক্‌থকে হইয়া আসিয়াছে, তখন অবশিষ্ট গরম মসলা খিচ-শূন্য ভাবে উত্তমরূপে বাটিয়া অবশিষ্ট ঘৃতের সহিত মিশাইয়া দাইলে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময় আর একবার কাটি দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রটীর মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া রাখিবে। অন্ততঃ দশ মিনিট পরে এই দাইল আহার করিয়া দেখ, চিংড়ী মাছের সহিত বুটের দাইল কেমন সুখাদ্য হইয়াছে।

তপস্যা মাছের ইহুদি লবাদান।

ইহুদিদিগের মধ্যে তপস্যা মাছের লবাদানের বিশেষ আদর দেখিতে পাওয়া যায়। বাস্তবিক্ এই লবাদান যথার্থই রসনার প্রলোভনীয়। যিনি একবার উহার আস্বাদন ভোগ করিয়াছেন, তিনি আর কস্মিনকালেও তাহা ভুলিতে পারেন কিনা সন্দেহ। যে নিয়মে এই সুখাদ্য ব্যঞ্জন রন্ধন করিতে হয়, তাহার আনুপূর্ব্বিক বৃত্তান্ত নিম্নে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

তপস্যা মৎস্য (১)	...	...	...	এক সের।
আলু	...	...	...	আধ সের।
আম্র খণ্ড (কাঁচা)	...	...	...	আধ পোয়া।
চিনি	...	...	...	এক ছটাক।
পিয়াজ কুচি	...	...	...	আধ পোয়া।
আদা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
জিরা মরিচ বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ছোট এলাচের দানা	...	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	চারি আনা।
দারুচিনি	...	...	...	চারি আনা।
ঘৃত	...	...	...	এক ছটাক।
তৈল	...	...	...	এক পোয়া।
লবণ	...	...		সাড়ে পাঁচ তোলা।

লবাদানের পক্ষে বড় বড় আকারের ডিমযুক্ত মাছ হইলেই ভাল হয়। প্রথমে মাছগুলি কুটিয়া বাছিয়া লইতে হইবে। মাছ কুটিয়া ছোট ছোট না করিয়া আস্ত আস্ত মাছ বাছিয়া রাখিতে হইবে। মাছ বাছা হইলে

(১) বড় বড় এবং ডিমওয়ালা অথচ টাট্কা হওয়া আবশ্যক।

তাহাতে সাড়ে তিন তোলা লবণ মাখাইয়া ঈষৎ উষ্ণজলে উত্তমরূপে (বেশী জলে) ধুইয়া লইলে তাহাতে মাছের আঁস্‌টিয়া গন্ধ নষ্ট হইয়া থাকে। এখন এই ধৌত মাছে হরিদ্রা বাটা মাখিয়া লইতে হইবে।

এ দিকে এক খানি কড়াতে সমুদায় তৈল জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লইতে হইবে। উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে অর্দ্ধেক পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। এখন ঐ তৈলে আলুগুলি ছাড়িয়া দিয়া ঈষৎ বাদামী ধরণের হইলে তুলিয়া পাত্রান্তরে রাখিতে হইবে। পরে সেই তৈলে ধৌত মৎস্য গুলি ভাজিয়া লইতে হইবে। ভাজিবার সময় এরূপ নিয়মে ভাজিতে হইবে, উহা যেন ভাঙ্গিয়া চুরিয়া না যায় এবং চুঁইয়া না আইসে। লিখিত নিয়মে মাছ ভাজা হইলে তাহাও তুলিয়া অন্য পাত্রে রাখিতে হইবে। মাছ ভাজা হইলে যে অবশিষ্ট তৈল থাকিবে, তাহা এই ব্যঞ্জনে ব্যবহার না করিয়া তদ্দারা অন্য তরকারী পাক করিলে ভাল হয়। কারণ ঐ পোড়া তৈলে রন্ধন করিলে ব্যঞ্জনের আস্বাদ মন্দ হইয়া থাকে।

এদিকে একটি পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দেও; এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে অবশিষ্ট পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। এখন সেই ঘৃতে অর্দ্ধেক এলাচের দানা, অর্দ্ধেক দারচিনির কুচি এবং অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে বাদামী রঙ হইয়াছে, তখন তাহাতে আদা বাটা, ধনে বাটা দিয়া নাড়িতে আরম্ভ কর, এবং উহার এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইলে তাহাতে আম গোলা ও জল ঢালিয়া দিতে হইবে।

লবাদানের উপযুক্ত আম প্রস্তুত করিতে হইলে প্রথমে আমগুলির খোসা ছাড়াইয়া খণ্ড খণ্ড করিতে হইবে। পরে তাহাতে চূণ মাখাইয়া অন্ততঃ এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখিতে হইবে। এক ঘণ্টা পরে পরিষ্কৃত জলে উহা উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিতে হইবে। বেশ করিয়া ধৌত হইলে তখন তাহা জলে সিদ্ধ করিতে হইবে এবং সুসিদ্ধ হইলে তাহা জ্বাল হইতে নামাইয়া উহা চট্‌কাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হইবে। এইরূপ

করিলেই আম্র ব্যঞ্জনে ব্যবহার করিবার ঠিক উপযুক্ত হইল। এখন এই আম গোলা পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া তাহার মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং যখন দেখা যাইবে ঝোল খুব ফুটিতেছে, তখন পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া তাহাতে ভাজা মাছ ও আলুগুলি ঢালিয়া দিতে হইবে। উহা ঢালিয়া দিয়া আবার পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক। অল্পক্ষণ পরে পুনর্ব্বার পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া ব্যঞ্জনে লবণ এবং তৈলে ভাজা পিয়াজ, চিনি ও জিরামরিচ বাটা ঢালিয়া দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া আবার পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জ্বাল পাইলে ঝোল গাঢ় হইয়া আসিবে। লবাদানে অধিক ঝোল রাখা উচিত নহে। অল্প মাখা মাখা ঝোল হইলেই ভাল হয়। সুতরাং যখন দেখা যাইবে যে, ঝোল গাঢ় হইয়া আসিয়াছে, ব্যঞ্জনের একপ্রকার উত্তম বর্ণ হইয়াছে এবং ঢাকনী খুলিলে এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে আর জ্বাল না দিয়া অবশিষ্ট গরম মসলা খিচ-শূন্যভাবে বাটিয়া অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময় অবশিষ্ট পিয়াজ ভাজাও উহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। গরম মসলা দেওয়ার পর ব্যঞ্জন মাত্রেই যে, জ্বালের উপর রাখা উচিত নহে, তাহা যেন প্রত্যেক পাচক ও পাচিকাদিগের মনে থাকে। অনন্তর পাক-পাত্রটী নামাইয়া দশ পোনর মিনিট ঢাকার অবস্থায় রাখিতে হইবে। পরে পরিবেশন কালে আর একবার উহা নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন কর, দেখিবে ভোক্তাদিগের রসনা বাস্তবিক লোলুপ হয় কি না।

লবাদানে অত্যন্ত অম্লরসবিশিষ্ট আম্র হইলে ভাল হয় না। এজন্য আম্রের অম্লত্ব অনুসারে উহার পরিমাণ একটু কম বেশী করিলে ভাল হয়, কারণ সকল গাছের আম্র একরূপ টক নহে। আম্রের কম বেশী করিতে হইলে যে, লবণ ও চিনিরও পরিমাণ কিছু পরিবর্ত্তন করিতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে।

কাঁচা আমের কালিয়া।

কালিয়া একে অতি উপাদেয় ব্যঞ্জন, তাহা যদি আবার অম্ল রসের সহিত যোগ করা যায়, তবে যে উহার আস্বাদন আরও তৃপ্তি-কর এবং রুচি-জনক হইবে, তাহা সহজে বুঝিতে পারা যায়। ভিন্ন ভিন্ন অম্ল রস দ্বারা পাক করিলে উহার আস্বাদগত বিস্তর প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে। এ প্রস্তাবে কেবলমাত্র কঁচা আমের কালিয়ার বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	...	...	...	এক সের।
আম্র খণ্ড (১)	...	...	...	আধ সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
দারুচিনি	...	...	...	দুই আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	চারি আনা।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	আট আনা।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
চিনি	...	...	...	দেড় পোয়া।
কিস্‌মিস্‌	...	...	...	আধ পোয়া।
লবণ্‌	...	...	...	চারি তোলা।

রন্ধনের উপযুক্ত মাংসগুলি বাদামী ধরণে কুটিয়া তাহাতে হরিদ্রা ও আদা বাটা মাখিয়া আধ ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখ।

এদিকে আম্রগুলির খোসা ছাড়াইয়া খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিয়া তাহাতে কিছু চুণ মাখাইয়া পোনর মিনিট ভিজাইয়া রাখ। পরে পরিষ্কৃত জলে তাহা উত্তমরূপে ধুইয়া তুলিয়া লও।

এখন এই ধৌত আম্র খণ্ড দুই ভাগে বিভক্ত কর। এবং এক ভাগ জলে সিদ্ধ কর। বেশ সুসিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া রাখ। উহা শীতল

(১) আম্রের টক অনুসারে পরিমাণ কম বৃদ্ধি করিয়া লইলে ভাল হয়।

হইলে উত্তমরূপে চট্‌কাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া পাথর, কাচ অথবা মাটীর পাত্রে তুলিয়া ঢাকিয়া রাখ। আর অবশিষ্ট আম্রখণ্ডগুলি পূর্ব্বোল্লিখিত চিনির একতার বন্দ রস প্রস্তুত করিয়া তাহাতে পাক কর। অর্থাৎ রসে আম্রখণ্ড-গুলি ঢালিয়া দিয়া জ্বালে চড়াও এবং মধ্যে মধ্যে নাড়িতে চাড়িতে থাক। এইরূপ অবস্থায় কিছুক্ষণ জ্বাল পাইলে রস মরিয়া গা-মাখা গা-মাখা গোছের হইয়া আসিবে। তখন তাহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দেও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে কিস্‌মিস্‌গুলি ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। এখন ঐ ঘৃতে অর্দ্ধেক এলাচের দানা, অর্দ্ধেক দারুচিনির কুচি এবং অর্দ্ধেক গোটা লবঙ্গ ছাড়িয়া দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে, বাদামী রঙের হইয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত মাংস ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে থাক। খানিক ক্ষণ নাড়া চাড়ার পর পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেও এবং মধ্যে মধ্যে এক একবার ঢাকনি খুলিয়া নাড়িয়া দিতে থাক, এইরূপ করিলে দেখিতে পাইবে মাংস হইতে জল নির্গত হইয়াছে, এবং জ্বালে সেই জল মরিয়া মাংস সিদ্ধের সাহায্য করিবে। মাংসের জল মরিয়া আসিলে পূর্ব্ব রক্ষিত অর্দ্ধেক আম্রসিদ্ধ (চিনি মিশ্রিত নহে) তাহাতে ঢালিয়া দেও। মাংসে যে জল দিতে হইবে তাহা এই সময় এক্‌কালে দেও। মাংসে বার বার জল দিলে উহার পান্‌সা তার হয়। যদি নিতান্ত জল দিতে হয়, তবে খুব গরম জল দেওয়া আবশ্যক। মাংসে জল দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়াই পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেওয়া উচিত।

কিছুক্ষণ জ্বালে থাকিলে যখন মাংস সিদ্ধ হইয়া আসিবে, তখন তাহাতে লবণ দিতে হইবে। এই সময় দেখিতে পাইবে, মাংসের জল মরিয়া গাঢ় হইয়া আসিয়াছে, কালিয়াতে যে পরিমাণ ঝোল থাকিলে ভাল হয়, সেই-রূপ ঝোলের অবস্থা হইয়া আসিলে এবং মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইলে তাহাতে অবশিষ্ট গরম মসলা বাটা ঘৃতে মিশাইয়া ঢালিয়া দেও। এই সময় কিস্‌মিস্‌ এবং চিনির পাকের আম্রখণ্ড গুলিও তাহাতে ঢালিয়া দেও এবং একবার বেশ করিয়া উল্টাইয়া পাল্টাইয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া

জ্বাল হইতে নামাইয়া পোনর মিনিট রাখ। অনন্তর পরিবেশনকালে ঢাকনি খুলিয়া আর একবার নাড়িয়া লইয়া পরিবেশন কর। আম্রের কালিয়া পাক হইল। অনেকে চিনির রসে প্রস্তুত আম্র খণ্ড গুলি উহাতে ঢালিয়া না দিয়া পরিবেশন কালে দুই চারিখানি করিয়া পাতে পরিবেশন করিয়া থাকেন। কিন্তু এ প্রথা তত উৎকৃষ্ট নহে।

ডিমের টর্কী কাবাব।

তুরস্ক দেশে মুসলমান জাতির মধ্যে এই কাবাব অত্যন্ত প্রচলিত। মুসলমান জাতির রাজত্বকালে এদেশে টর্কী কাবাব প্রচলিত হয়। প্রথমে উহা মুসলমান জাতির মধ্যেই আবদ্ধ ছিল, এক্ষণে হিন্দুদিগের মধ্যেও আদর বৃদ্ধি হইতে আরম্ভ হইয়াছে। এই কাবাব গরম গরম আহারে অত্যন্ত মুখ-প্রিয়। এবং প্রস্তুত করাও তত কঠিন নহে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ডিম (১)	কুড়িটা।
মাংস	এক পোয়া।
ঘৃত	দুই ছটাক।
দধি	দুই ছটাক।
বাদাম ভাজা	দুই তোলা।
ধনে গোটা	দুই তোলা।
আদা	দুই তোলা।
লবঙ্গ	দুই আনা।
ছোট এলাচ	চারি আনা।
দারুচিনি	দুই আনা।
মরিচ	চারি আনা।

(১) হংস ও মুরগী উভয় প্রকার ডিম দ্বারই হইতে পারে।

লবণ	...	...	...	দুই তোলা।
জল	...	...	...	এক সের।
ময়দা	...	...	...	আধ ছটাক।

প্রথমে ডিমগুলি উত্তমরূপে ধুইয়া পুঁছিয়া লও। পরে প্রত্যেক ডিমের অগ্রভাগে একটী ছিদ্র করিয়া সেই পথে তন্মধ্যস্থ তরল পদার্থ বাহির কর এবং শ্বেত ও হরিদ্রাংশ পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখ।

এখন শ্বেত ভাগ দ্বারা অন্য প্রকার ব্যঞ্জন রন্ধন কর। আর হরিদ্রাংশে উপযুক্ত মত এলাচ চূর্ণ, দারুচিনি চূর্ণ, মরিচ চূর্ণ, এবং লবণ এক তোলা উত্তমরূপে মিশ্রিত কর। এই মিশ্রিত পদার্থ পুনর্ব্বার ডিমের খোলার ভিতর পূর্ণ কর। পরে সেই ছিদ্রপথটী ময়দার আঠা দ্বারা বন্দ করিয়া গরম জলে সিদ্ধ কর। জ্বালে উহা সিদ্ধ হইলে শক্ত হইয়া আসিবে। তখন জ্বাল হইতে উহা নামাইয়া খোলা ভাঙিয়া ভিতরের পদার্থ বাহির করিয়া লও এবং তাহার সর্ব্বত্র ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ছিদ্র করিয়া শলাকায় গাঁথিয়া রাখ।

এদিকে মাংস উত্তমরূপে থুরিয়া তাহাতে ধনে আদা এবং অবশিষ্ট গোল মরিচ দিয়া জ্বালে চড়াইয়া আখ্‌নির জল আধ পোয়া থাকিতে নামাইয়া লও। এই আখ্‌নির জলে ভাজা বাদাম চূর্ণ, দধি এবং সমুদায় গরম মসলা চূর্ণ ও অবশিষ্ট লবণ প্রভৃতি মিশাইয়া সমস্ত ঘৃতে সন্তলন করিয়া এক পোয়া থাকিতে নামাইয়া লও।

পূর্ব্বে যে ডিম শিকে বা শলাকায় গাঁথা হইয়াছে, তাহা তপ্ত-অঙ্গারের উপর বার বার ঘুরাইতে থাক এবং মধ্যে মধ্যে ঐ যূষ চাম্‌চে করিয়া খাওয়াইতে আরম্ভ কর। এইরূপ নিয়মে যূষ খাওয়াইতে খাওয়াইতে উহা বেশ সুসিদ্ধ হইবে। আর সেই সঙ্গে ঘৃতাদি তাহাতে প্রবিষ্ট হইয়া একপ্রকার অতি উপাদেয় আস্বাদন করিয়া তুলিবে। উপরের লিখিত নিয়মে পাক করিলে ডিমের টর্কী কাবাব প্রস্তুত হইল। এই কাবাব যে কি প্রকার রসনার প্রলোভনীয় তাহা একবার পরীক্ষা করিয়া দেখ।

জলপাই দাদন।

শইল বা রোহিত মৎস্য	...	...	...	এক সের।
জলপাইঅথবা কাঁচা আম্র	...	...	...	দুই সের।
লবণ	...	...	...	এক ছটাক।
তৈল	...	...	...	দেড় সের।
হরিদ্রা	...	...	...	তিন তোলা।
সর্ষপ	...	...	...	দুই তোলা।
রাঁধুনী বাটা	...	...	...	দুই তোলা।

জলপাই দাদন সচরাচর শইল ও রোহিত মৎস্য দ্বারাই রন্ধন করা হইয়া থাকে; অন্য প্রকার মৎস্যে ইহা প্রস্তুত হয় না। রোহিতের তৈলাক্ত কোমলাংশও ব্যবহার্য্য নহে।

মাছগুলির চর্ম্ম দূর করিয়া, কাটিয়া সিদ্ধ করিতে হইবে। পরে নামাইয়া একটু শীতল হইলে ভালরূপে চাপিয়া জল নিষ্কাসিত কর; এবং তদনন্তর কণ্টকগুলি বেশ করিয়া বাছিয়া ফেল। তারপর জলপাইগুলি আর একটী পাত্রে সিদ্ধ করতঃ নামাইয়া তাহার বীচি (আটি) ফেলিয়া দিয়া ভালরূপে কচালিয়া মাছের সহিত মিশ্রিত এবং লবণ ও হরিদ্রা তাহাতে একত্র কর। যে দেড় সের তৈল রাখিয়াছ, তাহার এক পোয়া একটা পাত্রে করিয়া জ্বালে চড়াও; তৈল পাকিয়া আসিলে সর্ষপগুলি তাহাতে ফোড়ন দিয়া, উল্লিখিত জলপাই মিশ্র মাছগুলি তৈলের উপর দিবে। একটু নাড়িয়া চাড়িয়া অবশিষ্ট সওয়া সের তৈলও তাহাতে দিয়া ভালরূপে আবার নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে। যখন বোধ করিবে যে, মৎস্যের জলীয় ভাগ একবারে অন্তর্হিত হইয়াছে, তখন বাটা রাঁধুনি গুলি তাহাতে দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে।

দই আকুনি।

পাঁঠার মাংস	...	...	...	এক সের।
লবণ	...	...	...	আড়াই তোলা।

হরিদ্রা	...	...	...	দুই তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	এক ছটাক।
লঙ্কা	...	...	...	এক তোলা।
উগ্র টক-দধি	...	...	...	এক সের।
তণ্ডুল বাটা	...	...	...	দেড় তোলা।
গোল মরিচ বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
জিরা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
তেজপাতা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
দারুচিনি বাটা	...	...	...	এক তোলা।
ঘৃত	...	...	...	দেড় পোয়া।
জল	...	...	...	দেড় সের।

প্রথমে মাংসগুলি কাটিয়া হাড়গুলি বাছিয়া ফেলিবে। পরে ভালরূপে ধুইয়া জল দূর করতঃ, ধনে বাটা, হরিদ্রা বাটা, অর্দ্ধসের দধি ঐ মাংসে এরূপে মাখিতে হইবে যেন, মাখিতে মাখিতেই ঐ মাংস কোমল হইয়া পড়ে। পরে জিরা বাটা, তেজপাতা বাটা, দারুচিনি ব্যতীত গোটা তেজপাতা তিন চারিখানি ও অন্যান্য সকল মসলা উল্লিখিত দেড় সের জলের সহিত গুলিয়া উনানে চড়াও। আধ পোয়া ঘৃত আর একটী হাঁড়িতে করিয়া অন্য উনানে চড়াইতে হইবে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে আরো তিন চারিটী তেজপাতা তাহাতে দিয়া মাংসগুলি চড়াইবে। মাংসের রস যখন শুকাইয়া উহা কিছু ভাজা ভাজা হইবে, তখন পূর্ব্বের উনানে চড়ান জল তাহাতে ঢালিয়া দিবে। পরে মাংস সুসিদ্ধ হইলে অবশিষ্ট দধি মাংসে ঢালিয়া দিয়া একটু নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে। অবশিষ্ট এক পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া, তেজপত্র ও লঙ্কা ফোড়ন দিয়া মাংসগুলি সম্বরা দিতে হইবে। যখন মাংস বেশ ফুটিয়া উঠিবে, তখন আগে তণ্ডুল বাটা, পরে জিরা বাটা, তেজপাতা বাটা ও দারুচিনি বাটা দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইবে; পরে একটু শীতল হইলে আহার করিয়া দেখ ইহার কি সুখময় আস্বাদ!

মাংসের মিষ্ট অম্ল।

অস্থি-শূন্য মাংস	...	...	...	এক সের।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
লবণ	...	...	...	চারি তোলা।
গোল মরিচ	...	...	...	আধ তোলা।
দধি	...	...	...	এক পোয়া।
চিনি	...	...	...	এক পোয়া।
হরিদ্রা	...	...	...	দুই তোলা।
সর্ষপ	...	...	...	চারি আনা।
ঘৃত	...	...	...	আড়াই ছটাক।
তেঁতুল	...	...	...	চারি তোলা।
দারুচিনি	...	...	...	চারি আনা।
ছোট এলাইচ	...	...	...	দুই আনা।
গোলাপজল	...	...	...	দুই তোলা।
জল	...	...	...	দেড় সের।

মাংসগুলি কাটিয়া ধুইয়া জল-শূন্য কর। ধনিয়া, দধি, হরিদ্রা, লবণ, ও গোলমরিচ ঐ মাংসের সহিত এরূপ ভাবে মাখিবে যেন, ঐ মাংস মাখিতে মাখিতেই কোমল হয়। মসলা মাখিয়া ঐ মাংস প্রায় তিন ঘণ্টা কাল তদবস্থায় রাখিয়া দিবে। পরে দুই ছটাক পরিমিত ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া ঘৃত যখন পাকিয়া আসিবে, তখন মাংসগুলি তাহাতে ঢালিয়া দিবে। যখন মাংসের রস শুষ্ক হইয়া আসিবে, তখন সমুদায় জল মাংসে ঢালিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ। মাংস যখন সুসিদ্ধ হইবে, তখন আধসের জলে তেঁতুল গুলিয়া তাহাতে চিনি মিশাইয়া ঢালিয়া দিবে। যখন ঐ মাংস খুব ফুটিয়া উঠিবে, তখন অবশিষ্ট ঘৃত আর একটী পাত্রে জ্বালে চড়াইয়া উহা পাকিয়া আসিলে, তাহাতে সর্ষপগুলি ফোড়ন দিয়া ঐ মাংস সম্বরা দিয়া ঢাকিয়া দিবে। পরে কিয়ৎক্ষণ জ্বালে রাখিয়া ঝোল অপেক্ষাকৃত গাঢ় হইয়া

আসিলে নামাইয়া গোলাপ জলে ছোট এলাচ ও দারুচিনি বাটা মিশাইয়া ঢালিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া আধ ঘণ্টা কাল ঢাকা দিয়া রাখিবে। এবং শীতল হইলে আহার করিয়া দেখ, ইহার কত তৃপ্তি-জনক আস্বাদ!

ঝাল কাসুন্দি বা কাসুন।

কাসুন্দি বাঙ্গালীর ঘরের একটী প্রধান চাট্‌নী। উহার মুখ-প্রিয়তা জন্য সর্ব্বত্রই আদর। বঙ্গ দেশের মধ্যে নানা স্থানে নানা প্রকার কাসুন্দি প্রস্তুত হইয়া থাকে। যে যে নিয়মে ঐ সকল কাসুন্দি প্রস্তুত করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সরিষা	...	...	...	পাঁচ সের।
রাই সরিষা (১)	...	...	...	আধ সের।
ধৌত আম্র খণ্ড (কাঁচা)		...	...	আধ মণ।
লবণ	...	...	...	দেড় সের।
খাঁটি সরিষায় তৈল ...		...	...	এক সের।

পরিষ্কার দানাদার সরিষাই কাসুন্দির পক্ষে প্রশস্ত। প্রথমে সরিষাগুলি উত্তমরূপে ঝাড়িয়া বাছিয়া পরিস্কৃত ভাসা জলে চারি পাঁচ বার বেশ করিয়া ধুইয়া লইবে। পরে তাহার জল ঝরিয়া আসিলে একখানি পরিস্কৃত কাপড়ে বিছাইয়া রৌদ্রে শুষ্ক করিতে হইবে। উহা উত্তমরূপ শুষ্ক হইলে তখন তাহা বেশ করিয়া গুঁড়া করিয়া লইবে।

এক্ষণে গরম জল পূর্ব্ব রক্ষিত পরিষ্কার গুঁড়াতে ক্রমে ক্রমে ঢালিয়া দিয়া

---

(১) কেহ কেহ তিনভাগ সরিষায় সিকি ভাগ রাইসরিষা দিয়া থাকেন, কিন্তু তাহাতে অত্যন্ত ঝাল হইবার কথা। তবে রুচিভেদে ব্যবস্থা করিলে ভাল হয়।

একটী পরিষ্কার কাটি দ্বারা নাড়িতে হইবে। এইরূপ নিয়মে জল দেওয়া হইলে আধ ঘণ্টা পর্য্যন্ত উহা ঘুঁটিতে হইবে। ঘুঁটিতে ঘুঁটিতে উহার আকার অপেক্ষাকৃত কাদার ন্যায় হইয়া আসিবে।

এখন আট দশ দিন পর্য্যন্ত ঐ সরিষা রৌদ্রে শুকাইতে হইবে। দশ দিন পর্য্যন্ত রৌদ্র পাইলে উহা সুখাইয়া আসিবে। সুতরাং এই সময় তাহাতে আম্র দিতে হইবে।

অনন্তর আম্রখণ্ডগুলি ঢেঁকিতে উত্তমরূপে কুটিয়া লইয়া একটী পরিষ্কার পাত্রে তুলিয়া দুই দিন রৌদ্রে রাখিতে হইবে। দুই দিন পরে আবার একবার ঢেঁকিতে কুটিয়া আবার দুই দিন রৌদ্রে শুষ্ক করিতে হইবে। এইরূপ নিয়মে তিন চারিবার কুটিয়া ও শুকাইয়া লইতে হইবে। এখন এই আম্র ঠিক মোমের ন্যায় হইয়া আসিবে।

এক্ষণে পূর্ব্ব রক্ষিত সরিষায় ঐ আম্র, লবণ, তৈল মিশাইয়া লইলেই ঝাল কাসুন্দি প্রস্তুত হইল।

কাসুন্দি মধ্যে মধ্যে রৌদ্রে দেওয়া আবশ্যক। রৌদ্র পাইলে উহা অনেক দিন পর্য্যন্ত অবিকৃতভাবে থাকে, সুতরাং আস্বাদগত কোন প্রকার ব্যতিক্রম ঘটে না।

তেঁতুল কাসুন্দি।

তেঁতুল দ্বারা এই কাসুন্দি প্রস্তুত হইয়া থাকে বলিয়া উহার নাম তেঁতুল কাসুন্দি। ইহারও অতি উপাদেয় আস্বাদন। যে নিয়মে এই কাসুন্দি প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সরিষা	...	...	...	পাঁচ সের।
তেঁতুল	...	...	...	তিন সের।
লবণ	...	...	...	দেড় সের।
খাঁটি সরিষা তৈল	...	...	...	আধ সের।

তেঁতুল কাসুন্দিতে রাইসরিষা আবশ্যক করে না। কেবলমাত্র সরিষা গুলি ঝাড়িয়া বাছিয়া উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লইতে হইবে। এবং ঝাল-কাসুন্দির সরিষার ন্যায় তাহাও শুষ্ক ও গুঁড়া প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে।

এদিকে তেঁতুল গুলিয়া লইতে হইবে। কেহ কেহ তেঁতুল গুলিয়া উহা ছাঁকিয়া লয়েন না; কিন্তু আমাদের বিবেচনায় ছাঁকিয়া লওয়াই সুপরামর্শ। তেঁতুল গোলা অত্যন্ত পাতলা না করিয়া তাহা কাপড়ে ছাঁকিয়া রৌদ্রে শুষ্ক করিতে হইবে। আট দিন পর্য্যন্ত উহা রৌদ্রে শুষ্ক করিলে ঘন আঠার মত হইয়া উঠিবে। ফলকথা যে পর্য্যন্ত উহা ঐরূপ অবস্থায় উপস্থিত না হয়, সে পর্য্যন্ত রৌদ্রে শুকাইতে হইবে।

এখন পূর্ব্বরক্ষিত সরিষার গুঁড়া, আঠার ন্যায় তেঁতুল গোলা, লবণ এবং তৈল প্রভৃতি এক সঙ্গে উত্তমরূপে মিশাইতে হইবে! সমুদায় বেশ চট্‌কাইতে চট্‌কাইতে মিলিয়া আসিবে। এইরূপ অবস্থা হইলেই তেঁতুল কাসুন্দি প্রস্তুত হইল।

বৌ-কাসুন্দি।

ঝাল ও তেঁতুল কাসুন্দি হইতে ইহার আস্বাদন সম্পূর্ণ বিভিন্ন। বৌ কাসুন্দি প্রস্তুতের নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

সরিষা	...	...	...	পাঁচ সের।
আম্র	...	...	...	দুই শত।
লবণ	...	...	...	দেড় সের।
তৈল	...	...	...	এক সের।

পূর্ব্বোল্লিখিত কাসুন্দি প্রস্তুতের সরিষা যেরূপ নিয়মে ধৌত ও গুঁড়া তৈয়ার করিবার ব্যবস্থা, এই কাসুন্দির সরিষা গুলিও সেই নিয়মে প্রস্তুত করিয়া লইবে। গুঁড়া প্রস্তুত হইলে আম্রের খোসা ও আটি ছাড়াইয়া আম্র খণ্ডগুলি উত্তমরূপে কুটিয়া লইতে হইবে।

বৌ কাসুন্দিতে আম্র মিশাইবার নিয়ম অন্য প্রকার, অর্থাৎ প্রথমে আশীটী আম্রের খোসা ও আটি ছাড়াইয়া ধৌত করিয়া উত্তমরূপে কুটিয়া লইতে হইবে। পরে এই কুট্টিত আম্র, সরিষার গুঁড়া, আধ সের লবণ এক সঙ্গে মিশাইয়া তিন দিন রাখিবে। চারি দিনের দিন আবার আশিটী আম্র (পূর্ব্ব নিয়মে) কুটিয়া তাঁহাতে আধ সের লবণ মিশাইয়া সরিষার গুঁড়ার সহিত মাখিতে হইবে। এই অবস্থায় তিন দিন অতীত হইলে পুনর্ব্বার চল্লিশটী আম্র পূর্ব্ব নিয়মে কুটিয়া তাহাতে আধ সের লবণ, এক সের তৈল দিয়া উত্তমরূপে চট্‌কাইয়া লইলেই বৌ কাসুন্দি প্রস্তুত হইল।

গোটা কাসুন্দি সহজ প্রকরণ।

এই কাসুন্দি ব্যঞ্জনে একপ্রকার মসলার কার্য্য করে। বাস্তবিক গোটা কাসুন্দি দ্বারা চড়চড়ী রন্ধন করিলে উহার আস্বাদন অতি সুমধুর হইয়া থাকে।

পূর্ব্বে যে সকল কাসুন্দি প্রস্তুতের বিষয় লিখিত হইয়াছে, সেই সকল কাসুন্দির সরিষা গুঁড়া করিলে তাহার যে, একপ্রকার গোটা অর্থাৎ মোটা গোছের দানা বাহির হয়। তাহা দ্বারা এই কাসুন্দি প্রস্তুত হয় বলিয়াই উহার নাম গোটা কাসুন্দি হইয়াছে। এই কাসুন্দি প্রস্তুত করা অতি সহজ। আমরা দেখিয়াছি, অনেক স্থলের মহিলারা ব্যঞ্জন সুমিষ্ট আস্বাদন করিবার জন্য উহা যত্ন পূর্ব্বক প্রস্তুত করিয়া থাকেন।

সরিষার যে গোটাগুলি উদ্বৃত্ত হয়, তাহা উত্তমরূপে শিলে গুঁড়া করিয়া লইতে হয়। পরে তাহাতে ধনে, জোয়ান, দারুচিনি, লবঙ্গ, মৌরী, জিরা, তেজপত্র, রাঁধুনি, গোলমরিচ, ছোট ও বড় এলাচের দানা এবং সরিষা অল্প মাত্রায় উত্তপ্ত করিয়া উত্তমরূপে গুঁড়া করিয়া লইতে হয়। পরে এই মসলার গুঁড়া গোটার পরিমাণানুসারে এক সঙ্গে মিশাইয়া লইলেই গোটা কাসুন্দি প্রস্তুত হইল।

আম্রের মোরব্বা।

উপকরণ ও পরিমাণ।

আম্র	...	...	...	এক সের।
চিনি	...	...	...	দুই সের।
চূণ	...	...	...	তিন তোলা।

প্রথমে কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া বরফির ন্যায় খণ্ড খণ্ড করিয়া একটী সোরু শলা দ্বারা ছিদ্র ছিদ্র কর। এখন ঐ আম্র খণ্ডগুলি চূণের জলে অন্ততঃ চারি দণ্ড কাল ডুবাইয়া রাখ। অনন্তর উহা পরিষ্কৃত জলে উত্তমরূপ ধৌত করিয়া জল ঝরিয়া পড়ে এরূপ ভাবে কোন পাত্রে রাখ।

এদিকে চিনির রস প্রস্তুতের নিয়মানুসারে লিখিত চিনির একতার বন্দ রস প্রস্তুত কর। এখন এই রসে ধৌত আম্রখণ্ড গুলি ঢালিয়া দিয়া জ্বালে চড়াও। জ্বালে একটী বলক উঠিলে পূর্ব্বের ন্যায় আর জ্বালে না রাখিয়া মৃদুতাপে অল্পক্ষণমাত্র রাখ। এই অবস্থায় থাকিলে উহা যখন গাঢ় হইয়াছে দেখা যাইবে, তখন জ্বাল হইতে তাহা নামাইয়া লইবে, তাহা হইলেই আম্রের মোরব্বা প্রস্তুত হইল।

এই মোরব্বা অত্যন্ত মুখ-প্রিয়। অম্ল-মধুর আস্বাদনের জন্য উহার অত্যন্ত আদর।

কাঁচা আমের সহিত দুগ্ধের চাট্‌নি।

দুগ্ধের সহিত কাঁচা আমের এক প্রকার অতি উপাদেয় চাট্‌নি প্রস্তুত হইয়া থাকে। এই চাট্‌নি প্রস্তুত করিতে কিছুমাত্র আয়োজন কিম্বা ব্যয় করিতে হয় না। নিম্ন লিখিত নিয়মে উহা প্রস্তুত করিয়া আহার করিয়া দেখ, এই চাট্‌নি কেমন মধুর।

কাঁচা আম ভাতে দিয়া কিম্বা সিদ্ধ করিয়া তাহার ভিতরের শাঁস্, দুগ্ধ এবং চিনি এক সঙ্গে গুলিয়া লও। আম ও চিনি এরূপ নিয়মে মিশাইতে

হইবে, তাহাতে যেন অধিক অম্ল এবং মিষ্ট না হয়। এখন এই মিশ্র পদার্থ আহার করিয়া দেখ, এই দুগ্ধের চাট্‌নী কেমন রসনা তৃপ্তি-কর। *

পিয়াজের সহিত কাঁচা আমের চাট্‌নি।

আমের কচি অবস্থায় এই চাট্‌নি অতি উত্তম হইয়া থাকে, প্রথমে আমের খোসা ছাড়াইয়া তাহার মধ্যস্থ কুসি বাদ দিয়া উহা লম্বাভাবে ফালি ফালি কুটিতে হইবে। কুটা হইলে পরিষ্কৃত জলে তাহা ধুইয়া রাখিতে হইবে।

এখন একটী পাক-পাত্রে আম্রের পরিমাণ মত তৈল জ্বালে চড়াইতে হইবে। এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে সামান্য পরিমাণ সরিষা ছড়াইয়া দিয়াই পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, সরিষা আর ফুটিতেছে না, তখন ঢাকনিখানি খুলিয়াই তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত আম এবং পিয়াজের (লম্বা ধরণে) কুচি ঢালিয়া দিতে হইবে। এই অবস্থায় ঘন ঘন নাড়িতে হইবে। কিছুক্ষণ পরে তাহাতে পরিমাণ মত লবণ দিয়া পূর্ব্ববৎ নাড়া চাড়া করিতে হইবে। পরে তাহাতে সামান্য জলের ছিটা দিয়া মধ্যে মধ্যে নাড়িতে হইবে। কেহ কেহ কেবলমাত্র জল না দিয়া সামান্য পরিমাণ হরিদ্রা, সরিষা বাটা ও কিঞ্চিৎ চিনি উহাতে গুলিয়া সেই জল দিয়াও থাকেন। ফলকথা হরিদ্রা দেওয়া বা না দেওয়া ভোক্তাগণের রুচির উপর নির্ভর।

আমের ঝালদার চাট্‌নি।

এই চাট্‌নি অনেক দিন পর্য্যন্ত ব্যবহার করিতে পারা যায়, অথচ আস্বাদনের কোন প্রকার রূপান্তরিত হয় না। ঝালদার চাট্‌নি বেশ

* সকলে দুগ্ধে লবণ মিশ্রিত করেন না, এ জন্য লবণের বিষয় আমরা উল্লেখ করিলাম না। কিন্তু লবণ মিশ্রিত করিলে সমাধিক উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে, অতএব যাঁহারা ইচ্ছা করেন লবণ মিশাইয়া দেখিবেন যে কিরূপ সুমধুর হয়।

সুখাদ্য এবং রুচি-কর। সামান্য ব্যয়ে এরূপ উত্তম চাট্‌নি প্রস্তুত করা কাহারও পক্ষে অসাধ্য নহে।

প্রথমে কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া লম্বা ধরণে ফালি ফালি করিয়া কাটিয়া লও। কচি অবস্থায় হইলে ভিতরের কুশি ফেলিয়া দিতে হয়। কিন্তু পুষ্ট অবস্থায় অর্থাৎ ভিতরে আটির অবস্থা হইলে সেই আমে এই চাট্‌নি ভাল হয়। এখন ঐ আম্রখণ্ডগুলিতে চূণ মাখাইয়া এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখ। পরে পরিস্কৃত শীতল জলে তাহা উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লও। এরূপ নিয়মে ধুইতে হইবে তাহাতে যেন চূণ না থাকে। ধৌত আমগুলি এরূপ ভাবে রাখ যেন উহার গাত্র সংলগ্ন জল বেশ ঝরিয়া পড়িতে পারে।

এদিকে একটী বোতল অথবা অন্য কোন পাত্রে সেই আমগুলি পূরিয়া তাহাতে আবশ্যক মত তৈল * ঢালিয়া দেও। তৈল দেওয়ার পর লবণ দিয়া গোটা লঙ্কা লম্বা লম্বা ভাবে চিরিয়া তাহাতে পূর্ণ কর। এখন বোতলটী উত্তমরূপে ঝাঁকাইয়া রৌদ্রে রাখ। আট দশদিন রৌদ্রে রাখিলেই চাট্‌নি প্রস্তুত হইয়া আসিবে। রৌদ্রে দেওয়ার অবস্থায় যদি তৈল শুকাইয়া আইসে, তবে মধ্যে মধ্যে আবশ্যক বুঝিয়া তৈল ঢালিয়া দিতে হইবে। লবণ ও লঙ্কায় আমগুলি জরিয়া আসিবে। উহা খণ্ড খণ্ড অবস্থায় থাকিবে, অথচ আহারের সময় মুখে দিলে জিহ্বায় মিলাইয়া যাইবে।

দধি পলান্ন।

এই পলান্নের আস্বাদন অন্যান্য পোলাওয়ের আস্বাদন হইতে এক প্রকার স্বতন্ত্র। মুসলমানদিগের মধ্যে যে সকল পোলাও প্রচলিত আছে, তৎসমুদায় প্রায়ই গুরু-পাক এবং বহু ব্যয়-সাধ্য। কিন্তু এই পোলাও সেরূপ গুরু-পাক কিম্বা ব্যয়-সাধ্য নহে, সুতরাং ইচ্ছা করিলে অনেকেই উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। উহার রন্ধন নিয়ম লিখিত হইল।

* চাট্‌নির তৈল খাটি সরিষার হইলেই ভাল হয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	...	...	...	এক সের।
চাউল	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
দধি	...	...	...	এক পোয়া।
পাতিলেবু	...	...	...	একটা।
আদা	...	...	...	দুই তোলা।
ধনে	...	...	...	দুই তোলা।
কাল জিরা	...	...	...	আধ তোলা।
তেজপাতা	...	...	...	দুই তোলা।
লবণ	...	...	...	চারি তোলা।
মরিচ	...	...	...	সাড়ে চারি আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	চারি আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	চারি আনা।
দারুচিনি	...	...	...	চারি আনা।

প্রথমে মাংসগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া লইবে। পরে ধনে বাটা প্রভৃতি অন্যান্য মসলার সহিত ঐ মাংসের আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া রাখিবে।

এখন এই আখ্‌নি কাপড়ে ছাঁকিয়া ঝোল ও মাংস পৃথক পৃথক পাত্রে রাখ।

মাংসগুলি এক ছটাক পরিমাণ ঘৃতে সন্তলন দিয়া দুই একবার নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া লও।

এদিকে যে পাত্রে পোলাও রাঁধিবে, সেই পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহাতে তেজপাতা সাজাইতে থাক, তেজপাতার উপর জিরাগুলি ছড়াইয়া দেও। আবার তেজপাতার উপর সন্তলন দেওয়া মাংসগুলি সাজাইয়া তাহার উপর গরম মসলাগুলি ছড়াইয়া দেও। এখন এই মসলার উপর চাউল সাজাইয়া রাখ। এস্থলে একটী কথা স্মরণ করা আবশ্যক; অর্থাৎ পোলাওয়ের চাউল প্রস্তুতের যে সকল নিয়ম পূর্ব্বে উল্লেখ করা হইয়াছে,

সেইরূপ নিয়মে উহা প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে। চাউল সাজান হইলে তাহার উপর মাংসের ঝোল অর্থাৎ আখ্‌নির জল ঢালিয়া মৃদু মৃদু জ্বাল দিতে থাক। চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে অর্থাৎ অল্প অল্প রস থাকিতে থাকিতে সমুদায় দধি, আদার রস, লেবুর রস এবং অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দেও। অনন্তর তিন কোয়াটার তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিলেই পোলাও রন্ধন হইল।

এই দধি পলান্নে যদি কেহ পলাণ্ডু ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তবে অন্যান্য পোলাওয়ে পিয়াজ রন্ধনের যেরূপ নিয়ম লিখিত হইয়াছে, সেই নিয়মে উহা ব্যবহার করিবেন। আমাদের বিবেচনায় দধি পোলাওয়ে আদৌ পিয়াজ ব্যবহার না করাই ভাল।

সকরপারা।

সকরপারা একটী উপাদেয় মিষ্ট-দ্রব্য। উহা জলযোগে ব্যবহার হইয়া থাকে। এদেশে যদিও নানাবিধ মনোহর মনোহর রসনা তৃপ্তি-কর মিষ্ট দ্রব্য চলিত আছে, কিন্তু সকরপারা সেই সমুদায় মিষ্ট-দ্রব্য অপেক্ষা কোন অংশে হীন নহে। প্রত্যুতঃ অনেক প্রকার মিষ্ট-দ্রব্য অপেক্ষা উহা উচ্চ আসন পাইবার যোগ্য।

যে সকল উপকরণে সকরপারা প্রস্তুত করিতে হয়, সে সকলগুলিই সহজ প্রাপ্য, সুখাদ্য, পুষ্টি-কর এবং পবিত্র দ্রব্য। অতএব এই পবিত্র খাদ্য যে, হিন্দু-গৃহে সমধিক আদর প্রাপ্ত হইবে, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই।

যে নিয়মে সকরপারা প্রস্তুত করিতে হয়, নিম্নে তাহার আনুপূর্ব্বিক নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ময়দা	...	...	...	এক সের।
দুগ্ধের সর	...	...	...	এক পোয়া।
বাদাম বাটা	...	...	...	দেড় পোয়া।

চিনি	...	...	...	এক পোয়া।
ঘৃত (১)	...	...	...	এক পোয়া।
ছোট এলাচ চূর্ণ	...	...	...	দুই আনা।

সকর পারার পক্ষে একের নম্বরের ময়দা হইলেই ভাল হয়। ভাল রকম টাট্‌কা ময়দা লইয়া তাহাতে দুগ্ধের সর মাখাইয়া খুব দলিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, উহা বেশ মিশ্রিত হইয়াছে, তখন বাদামবাটা ও এলাচ চূর্ণ জলে গুলিয়া ঐ ময়দার সহিত মাখাইতে হইবে। লুচির ময়দা যে নিয়মে মাখিতে হয়, ইহাও সেই নিয়মে মাখিতে হইবে।

এখন এই ময়দায় এক একটী লেচী প্রস্তুত করিয়া তদ্দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র চতুষ্কোণ ধরণে এক এক খণ্ড প্রস্তুত করিতে হইবে।

এদিকে একটী পাত্রে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে, এবং উহার গাঁজা মরিয়া পাকিয়া আসিলে, লুচি ভাজার ন্যায় তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত ময়দা খণ্ড ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে। উহা এরূপ নিয়মে ভাজিতে হইবে, যেন নরম না থাকে, অথচ বড় কড়াও না হয়।

পূর্ব্বে যে চিনির কথা বলা হইয়াছে, সেই চিনি দ্বারা একতার বন্দের রস প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে এবং সেই রসে পূর্ব্বোক্ত ভর্জ্জিত ময়দা খণ্ড মাখাইয়া লইলেই সকরপারা প্রস্তুত হইল।

এখন উহা আহার করিয়া দেখ, বাস্তবিক সকরপারা রসনায় আদর পাইবার যোগ্য কি না।

বাদামের সকরপারা।

বাদামের সকরপারা প্রস্তুত করিবার নিয়ম স্বতন্ত্র এবং আস্বাদগত বিস্তর প্রভেদও লক্ষিত হইয়া থাকে। যে নিয়মে এই সকরপারা পাক করিতে হয়, তাহা পাঠ কর।

---

(১) গাওয়া ঘৃত হইলেই ভাল হয়। অভাবে উৎকৃষ্ট ভাঁইসা, ফলকথা ঘৃত যে পরিমাণে ভাল হয়, সকরপারাও সেই পরিমাণে উৎকৃষ্ট হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

বাদাম বাটা	...	...	...	এক সের।
ময়দা	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	আধ সের।
চিনির রস (একতারবন্দ)		...	...	দেড় পোয়া।
দুগ্ধের সর	...	...	...	এক পোয়া।
দুগ্ধ	...	...	...	এক সের।

যে সকল উপকরণের কথা বলা হইল, সকলগুলিই উত্তম হওয়া আবশ্যক; কারণ উপকরণ যে পরিমাণে উৎকৃষ্ট হইবে, তদুৎপন্ন দ্রব্যও যে, সেই পরিমাণে উপাদেয় হইবে, তাহা বোধ হয় সকলেই সহজে বুঝিতে পারেন।

এক্ষণে সাড়ে সাত তোলা ঘৃত ময়দায় ময়ান দিয়া উত্তমরূপে মর্দ্দন করিতে থাক। যখন দেখা যাইবে উহা বেশ মিশ্রিত হইয়াছে, তখন তাহাতে বাদাম বাটা মিশাইয়া আবার পূর্ব্বের ন্যায় দলিতে আরম্ভ কর। বাদাম বাটার পর দুগ্ধের সর দিয়া পুনর্ব্বার দলিতে থাক। পরে দুগ্ধ উত্তমরূপে জ্বাল দিয়া সেই উষ্ণ দুগ্ধে ময়দা মাখিয়া লও।

ময়দা মাখা হইলে তদ্দ্বারা এক একখানি সকরপারা প্রস্তুত করিয়া ঘৃতে ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে এবং উহা গরম থাকিতে থাকিতে একতারবন্দ চিনির রসে ডুবাইয়া তুলিয়া লইলেই বাদামের সকর-পারা প্রস্তুত হইল।

একতারবন্দ চিনির রস লইয়া তাহাতে বাদাম বাটা ও দুগ্ধ এবং ময়দা উত্তমরূপে মিশাইতে হইবে। পরে সেই ময়দার সকরপারা প্রস্তুত করিয়া ঘৃতে ভাজিয়া লইলে সকরপারা পাক হইল। এই সকরপারা শীতল হইলে আহার করিয়া দেখিবে, উহার কিরূপ আস্বাদন।

সকরপারা কিরূপ নিয়মে প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা এখন সকলেই বুঝিতে পারিলেন। আশা করি একবার এই সুখাদ্য মিষ্ট দ্রব্য পাক করিয়া সকলেই রসনার তৃপ্তি-সাধন করিবেন।

পটোলের কালিয়া।

নিরামিষ-ভোজীদিগের পক্ষে পটোলের কালিয়া অতি আদরের ব্যঞ্জন। পটোল স্বভাবতই সুখাদ্য, তদ্দ্বারা ভালরূপ ব্যঞ্জন পাক করিলে যে, উহা সহজেই রসনায় স্থান পাইবে তাহাতে আর সন্দেহ নাই। পটোল যে, কেবলমাত্র সুখাদ্য তরকারী এরূপ নহে, বৈদ্য-শাস্ত্র মতে উহা আবার অত্যন্ত উপকারী। কোন কোন রোগে পটোল পাচনে ব্যবহার হইয়া থাকে। সে যাহা হউক যে নিয়মে পটোলের কালিয়া পাক করিতে হয় এক্ষণে তাহা উল্লেখ করা যাইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

পটোল	এক সের।
ঘি	দুই ছটাক।
দধি	এক পোয়া।
চিনি	দুই তোলা।
ধনে বাটা	দুই তোলা।
জিরামরিচ বাটা	এক তোলা।
লবণ ... ... —	দুই আনা।
জৈত্রি এলাচ	দুই আনা।
দারচিনি	দুই আনা।
তেজপত্র	ছয়খানি।
হরিদ্রা বাটা	আধ তোলা।

প্রথমে পটোলের গায়ের নীলবর্ণ খোসা বেশ করিয়া আঁচড়াইয়া ফেলিয়া তাহার দুই মুখের কিয়দংশ গোলাকারভাবে কাটিয়া ফেলিতে হইবে। ঐইরূপ নিয়মে সমুদায় পটোলগুলি পরিষ্কার করিয়া জলে ধুইয়া রাখিতে হইবে।

এক্ষণে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে এবং উহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে

পটোলগুলি ঢালিয়া দিয়া অল্প মাত্রায় ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া লইতে হইবে। পরে সেই উষ্ণ ঘৃতে অর্দ্ধেক তেজপাতা, অর্দ্ধেক এলাচের দানা এবং অর্দ্ধেক লবঙ্গ দিয়া নাড়িতে হইবে। জ্বালে বাদামী ধরণে হইয়া আসিলে তাহাতে সমুদায় বাটা মসলা এবং দধি ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে থাক, জ্বালে উহার বাদামী ধরণে রঙ হইয়া সুগন্ধ নির্গত হইতে থাকিলে তাহাতে জল ঢালিয়া দিতে হইবে। জল দিয়াই পাত্রটীর মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে উহা ফুটিতে থাকিবে, তখন ঢাকনিখানি খুলিয়া ভর্জ্জিত পটোলগুলি তাহাতে ঢালিয়া দিয়া আবার পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

অনন্তর তাহাতে লবণ দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে।

যখন দেখা যাইবে, পটোল বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে এবং জল মরিয়া থকৃথকে গোছের হইয়াছে, তখন অবশিষ্ট গরম মসলা উত্তমরূপে খিচ-শূন্যভাবে বাটিয়া অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে একবার নাড়িয়া চাড়িয়া জ্বাল হইতে পাক-পাত্রটী নামাইয়া রাখিতে হইবে। পোনর মিনিট পরে উহা পরিবেশন করিতে হইবে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে পটোলের কালিয়া রন্ধন হইল।

এই কালিয়া রন্ধন সম্বন্ধে কয়েকটী কথা এস্থলে উল্লেখ করা আবশ্যক অর্থাৎ কেহ কেহ গোটা পটোল না দিয়া উহা দুই খণ্ড করিয়া পাক করিয়া থাকেন, কেহ কেহ আবার আস্ত পটোলটীর গায়ে চিরিয়া চিরিয়া লইয়া থাকেন। গা চিরিয়া লইলে উহার মধ্যে সহজে মসলা এবং লবণ প্রভৃতি প্রবেশ করিয়া উহার আস্বাদন অপেক্ষাকৃত সুমধুর করিতে পারে। অপর কথা অনেকেই পটোলগুলি তৈলে ভাজিয়া রন্ধন করেন এবং নামাইবার সময় গরম মসলার সহিত ঘৃত দিয়া থাকেন। কেহ কেহ আবার পটোলগুলি কসিয়া লইয়া মসলার জল ফুটিতে থাকিলে তাহাতে উহা ফেলিয়া দেন এবং বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে

তাহা ঘৃতে সম্বরা দিয়া থাকেন, পাঠকগণ এই কয়েকটী নিয়মের মধ্যে যে কোনটী অবলম্বন করিয়া পাক করিতে পারেন, কিন্তু যেরূপ নিয়মে পাক করিবার বিষয় আমরা অগ্রে লিখিয়াছি, তাহাই সর্ব্বাপেক্ষা উৎকৃষ্ট।

পটোল অতি পবিত্র তরকারী, হিন্দুমতে এয়োদশী এবং হরিশয়নে উহা ভক্ষণ নিষেধ।

মাংস ভর্ত্তা।

মৎস্য ও মাংস উভয়েরই ভর্ত্তা প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন প্রকার ভর্ত্তার যে ভিন্ন ভিন্ন প্রকার আস্বাদন তাহা সকলেই সহজে বুঝিতে পারেন। এ প্রস্তাবে কেবলমাত্র মাংস ভর্ত্তার বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস (অস্থি-শূন্য)	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
দধি	...	...	...	এক পোয়া।
দারুচিনি	...	...	...	দুই আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	দুই আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	দেড় আনা।
পিয়াজ	...	...	...	দুই ছটাক।
আদা বাটা	...	...	...	দেড় তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
লবণ	...	...	...	তিন তোলা।

ভর্ত্তার পক্ষে হাড়-শূন্য কোমল মাংসই প্রশস্ত এজন্য কচি পাঁঠার মাংস হইলেই ভাল হয়।

প্রথমে অর্দ্ধেক ঘৃত জ্বালে চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে

অর্দ্ধেক পিয়াজের কুচি দিয়া নাড়িতে থাক এবং উহার বাদামী রঙ হইলে তাহাতে মাংসগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে আরম্ভ কর। এই সময় ধনে বাটা ও লবণ দেও। জ্বালে মাংস হইতে রস বাহির হইতে থাকিবে। ঐ রস মরিয়া আসিলে তাহাতে সিদ্ধ হওয়ার উপযুক্ত জল দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে।

মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইলে এবং তাহার জল মরিয়া আসিলে উহা নামাইবে এবং তাহা বাটিয়া তাহাতে আদাবাটা মিশ্রিত করিবে। কেহ কেহ এই সময় বাদাম ও পেস্তা বাটাও দিয়া থাকেন, তদ্দ্বারা আস্বাদন অনেকাংশে উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে।

এখন একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দেও। ঘৃত পাকিয়া আসিলে অবশিষ্ট পিয়াজগুলি বাদামী ধরণে ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। অনন্তর পেষিত মাংস ঐ ঘৃতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক। এই সময় ভাজা পিয়াজ ও দধি মাংসে ঢালিয়া দিবে এবং উহা অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলে তাহাতে সমুদায় গন্ধ মসলা চূর্ণ ছড়াইয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া লইবে। এইরূপ নিয়মে রন্ধন করিলে মাংসের ভর্ত্তা পাক হইল।

কেহ কেহ আবার এই ভর্ত্তা অম্লমধুর আস্বাদনের করিয়া থাকেন। উহা অম্লমধুর আস্বাদনের করিতে হইলে দধি ও পিয়াজ দিবার সময় তাহাতে পানক দিয়া পাক করিয়া লইবে।

সহজ হেমান্ন।

পলান্ন ও খেচরান্ন হইতে হেমান্ন রন্ধনে সামান্য প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে। হেমান্নের আস্বাদন পোলাওয়ের ন্যায়। তবে পোলাও রন্ধনে যেরূপ ব্যয় পড়ে এবং যেরূপ আয়োজন করিতে হয়, হেমান্নে সেরূপ করিতে হয় না; যে নিয়মে হেমান্ন রন্ধন করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

চাউল	এক সের।
ছোলার দাইল	এক পোয়া।
বাদাম	দুই তোলা।
কিস্‌মিস্	চারি তোলা।
পেস্তা	দুই তোলা।
ছোট এলাচ	চারি আনা।
দারুচিনি	চারি আনা।
লবঙ্গ	চারি আনা।
গোলমরিচ	দেড় তোলা।
আদা	দুই তোলা।
ধনে	তিন তোলা।
কালজিরা	এক তোলা।
তেজপাতা	এক তোলা।
জাফরাণ	দুই আনা।
পিয়াজ *	চারি তোলা।
ঘৃত	এক পোয়া।
ক্ষীর	আধ পোয়া।
চিনি	আধ পোয়া।
লবণ	দুই তোলা।

পোলাও রন্ধনের উপযুক্ত চাউল হইলেই হেমান্ন ভাল হয়। তবে তাহার অভাবে অন্যান্য রকম সোরু চাউল দ্বারা প্রস্তুত করিতে হয়। চাউলগুলি ভাল করিয়া ঝাড়িয়া বাছিয়া লইতে হইবে।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে দাইল, ধনে, আদা, পিয়াজ মরিচ, কালজিরা এবং লবণ জলের সহিত জ্বালে সিদ্ধ করিতে থাকিবে।

---

* ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করিতে পারা যায়।

সিদ্ধ করিবার সময় যে, পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেওয়া আবশ্যক তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন। উহা অধিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে এক প্রকার লাল্‌ছে ধরণে রঙ হইবে এবং তাহা হইতে এক প্রকার গন্ধও নির্গত হইবে, জলের যখন ঐ রূপ অবস্থা হইবে, তখন তাহাতে আর জ্বাল না দিয়া কেবলমাত্র আগুণের আঁচে পাত্রটী রাখিলেই চলিতে পারিবে।

পূর্ব্বে যে চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা বেশ করিয়া ধুইয়া অন্ন পাকের মিয়মানুসারে অধিক জলে পাক করিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ হইয়াছে, তখন তাহা জ্বাল হইতে নামাইয়া তাহার মাড় গালিয়া ফেলিতে হইবে। এখন পূর্ব্ব রক্ষিত উষ্ণ জলে (দাই-লাদি সিদ্ধ জল) ঐ অর্দ্ধ সিদ্ধ তণ্ডুল সুসিদ্ধ করিতে হইবে। এদিকে অন্য আর একটী পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া তাহার উপর তেজ-পাতা সাজাইয়া লইতে হইবে। তেজপত্র সাজান হইলে ঐ অন্নের সহিত সমুদায় গন্ধদ্রব্য বাদাম, কিস্‌মিস এবং পেস্তা ছড়াইয়া দিয়া সেই অন্ন তেজ-পত্র সজ্জিত পাত্রে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই পাত্রটী যে আগুণের আঁচে বাসইয়া অন্ন ঢালিয়া দিতে হইবে, তাহা যেন মনে থাকে!

অনন্তর ক্ষীর ও চিনি এবং জাফরাণবাটা অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ঐ অন্নে ঢালিয়া দিয়া অতি সাবধানে সমুদায় অন্নগুলি উল্‌টাইয়া দিতে হইবে। অধিক নাড়া চাড়া হইলে ভাত কাদার মত হইবার সম্ভব। উহা কাদার ন্যায় হইলে আহারে তত সুখ-জনক বোধ হয় না; অন্ন কিম্বা পোলাও এরূপ হওয়া উচিত উহা উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইবে অথচ আস্ত আস্ত থাকিবে, কেহ কাহার গায়ে জড়াইয়া লাগিবে না। পাঠকগণ এই সময় একটু দৃষ্টি রাখিলেই এ বিষয়ে কোন প্রকার আশঙ্কা থাকে না। সে যাহা হউক অল্পক্ষণ উহা দমে রাখিয়া নামাইয়া লইতে হইবে। এই প্রস্তুত অন্নকে হেমান্ন কহিয়া থাকে।

হেমান্নকে এক প্রকার নিরামিষ পোলাও বলিলেও বড় দোষ হয় না। বিশুদ্ধ হিন্দুমতে উহা পাক করিতে হইলে পিয়াজ, ব্যবহার না করিয়া পাক করিতে হইবে।

তেঁতুলের পোলাও।

অম্লমধুর আস্বাদন জন্য এই পোলাও অত্যন্ত সুখাদ্য। উহা এরূপ সুখাদ্য যে, একবার আহার করিলে সর্ব্বদা আহারে প্রবৃত্তি জন্মে। যে নিয়মে তেঁতুলের পোলাও পাক করিতে হয়, তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

চাউল	...	...	...	এক সের।
মাংস	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	দেড় পোয়া।
তেঁতুল	...	...	...	আধ পোয়া।
চিনি	...	...	...	আধ পোয়া।
ছোট এলাচ	...	...	...	ছয় আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	চারি আনা।
গোলমরিচ	...	...	...	এক তোলা।
দারুচিনি	...	...	...	চারি আনা।
পিয়াজ	...	...	...	আধ পোয়া।
আদা	...	...	...	তিন তোলা।
ধনে	...	...	...	তিন তোলা।
কালজিরা	...	...	...	এক তোলা।
কিস্‌মিস্	...	...	...	এক পোয়া।
লবণ	...	...	...	ছয় তোলা।

প্রথমে মাংসগুলি আদা, পিয়াজ এবং ধনের সহিত জল দিয়া জ্বালে চড়াও। অধিকক্ষণ জ্বাল পাইলে মাংসাদি বেশ সিদ্ধ হইয়া জলের একপ্রকার রঙ হইবে। এই সময় একটী কথা মনে রাখা উচিত, অর্থাৎ মাংসাদি যেন পৃথক পৃথক কাপড়ে পুটলি করিয়া বাঁধিয়া দেওয়া হয়।

মাংস সুসিদ্ধ হইলে তাহা জ্বাল হইতে নামাইয়া মাংস এবং সেই

জল একত্র কর। এখন একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দেও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ জল সম্বরা দেও। একটু জ্বালে ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাও, নামাইয়া মাংস ও ঝোল পৃথক কর।

যে ঝোল বা আখ্নি পৃথক করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে তেঁতুল ও চিনি গুলিয়া পরিষ্কার কাপড়ে ছাঁকিয়া লও। উহা ছাঁকিয়া পুনর্ব্বার জ্বালে চড়াও এবং একটী বলক উঠিলে নামাইয়া রাখ।

মাংস এবং আখ্নি যেমন প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে, সেইরূপ পোলাওয়ের চাউলও রন্ধনের উপযুক্ত করিয়া লওয়া আবশ্যক। অন্যান্য পোলাওয়ে যেরূপ চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে এবং তাহা যেমন পরিষ্কার করিয়া লইতে হয়, এই পোলাওয়ে ঠিক্ সেইরূপ চাউল পরিষ্কার করিবে। এই চাউলগুলি অধিক অর্থাৎ ভাসা জলে দুই তিন বার ধুইয়া লও। তদন্তর অন্ন পাকের নিয়মানুসারে উহা জ্বালে চড়াও। জ্বালে অর্দ্ধ সিদ্ধ হইলে তদ্দারা পোলাও রাঁধিতে হইবে।

পূর্ব্বে যে মাংস ও ঝোল পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখা হইয়াছে, তদ্দারা এখন কিরূপ কার্য্য করিতে হইবে, তাহা পাঠ কর।

একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে দুই ছটাক ঘৃত দিয়া তাহার উপর কালজিরা ছড়াইয়া দেও। এখন এই জিরার উপর মাংস এবং যাবতীয় অখণ্ড মসলা ও লবণ সাজাইয়া তাহাতে চারি চাম্‌চা যুষ বা পূর্ব্বপ্রস্তুত আখ্নির জল দিয়া মৃদু জ্বালে পাত্রটী স্থাপন কর। জ্বালে ঐ ঝোল শুষ্ক হইয়া আসিলে তখন তাহাতে অর্দ্ধ সিদ্ধ অন্ন (মাড় গালিয়া) ঢালিয়া দিবে। আর পূর্ব্বে যে যুষ প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা ঐ অন্নের উপর ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া দিবে এবং উহা একবার জ্বালে ফুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রের মুখের ঢাকনি খুলিয়া সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া আবার মুখ বন্ধ করিবে। এই সময় উহাতে আর জ্বাল না দিয়া কেবলমাত্র দমে রাখিবে।

পরিবেশনকালে ভর্জ্জিত কিস্‌মিস্‌গুলি পাক-পাত্রস্থ পোলাওয়ে

ছড়াইয়া দিয়া আস্তে আস্তে উহা একবার উল্টাইয়া লইবে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে তেঁতুলের পোলাও পাক হইল। এখন উহা আহার করিয়া দেখ বাস্তবিক তেঁতুলের পোলাও রসনায় আদর পাইবার যোগ্য কি না।

এই পোলাও মৃত্তিকা কিম্বা কলাই করা পাত্র ব্যতীত পিত্তল পাত্রে রন্ধন করিলে আহারে ব্যাঘাত জন্মে।

কোপ্তা মাহী।

মৎস্য দ্বারা এই কোপ্তা প্রস্তুত হয় বলিয়া ইহাকে মাহী কোপ্তা কহিয়া থাকে। মৎস্য দ্বারা নানা প্রকার নিয়মে কোপ্তা পাক হইয়া থাকে। তন্মধ্যে একটী প্রকরণ এ প্রস্তাবে লিখিত হইতেছে। অন্যান্য প্রকার প্রস্তুতের নিয়ম প্রস্তাবান্তরে লিখিত হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মৎস্য খণ্ড	এক সের।
ঘৃত	সাত ছটাক।
মুগের দাইল বাটা (কাঁচা)	চারি তোলা।
ছোলার ছাতু	চারি তোলা।
পোস্ত বীজ	চারি তোলা।
দধি	এক পোয়া।
ছোট এলাচ চূর্ণ	চারি আনা।
দারুচিনি চূর্ণ	তিন আনা।
লবঙ্গ	দুই আনা।
লঙ্কা বাটা	আধ তোলা।
মরিচ চূর্ণ	এক সিকি।
ধনে বাটা	দুই তোলা।
আদা বাটা	এক তোলা।

আদার রস	এক তোলা।
মৌরী ভাজা চূর্ণ	এক তোলা।
কালজিরা	আধ তোলা।
লবণ	তিন তোলা।
ডিম	দুইটা।
পিয়াজ	আধ পোয়া।
রসুন	এক কোয়া।
জল	আধ সের।

মৎস্য কাবাবের পক্ষে পাকা রকমের রোহিত ও কাতলা প্রভৃতি মৎস্য হইলেই ভাল হয়। প্রথমে মৎস্য কুটিয়া ধুইয়া লইতে হইবে। পরে তাহাতে এক তোলা লবণ ও আদার রস মাখাইয়া আধ পোয়া ঘ্বতে অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ভাজিয়া লইতে হইবে। এখন এই মৎস্যে সমুদায় আদা বাটা, ধনে বাটা, মরিচ বাটা, লঙ্কা বাটা, অর্দ্ধেক কালজিরা, পিয়াজ বাটা, রসুন বাটা এবং দুই তোলা লবণ জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে।

অল্পক্ষণ উহা জ্বালে থাকিলে সমুদায় জল মরিয়া মৎস্য বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। যখন দেখা যাইবে মাছ যেমন সুসিদ্ধ হইয়াছে, সেই সঙ্গে রসও মরিয়া আসিয়াছে, তখন এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লইতে হইবে এবং লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ মৎস্য তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার ধীরে ধীরে নাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় সমুদায় গরম মসলা চূর্ণ উহাতে দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইতে হইবে।

মৎস্যগুলি শীতল হইলে তাহার কাঁটা বেশ করিয়া বাছিয়া ফেলিতে হইবে। কাঁটা বাছা হইলে ঐ মৎস্যে দধি, ছাতু, দাইল বাটা, পোস্ত বীজ, মৌরী চূর্ণ, এবং ডিমের শ্বেতাংশ মিশাইয়া উত্তমরূপে দলিতে হইবে। উহা এরূপ নিয়মে দলিতে হইবে, তাহা যেন কাদার ন্যায় হইয়া আইসে। কেহ কেহ আবার এই সময় বাদাম ও পেস্তা বাটাও উহার সহিত

মিশাইয়া থাকেন, আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, তদ্দ্বারা আস্বাদন অপেক্ষাকৃত সুমধুর হইয়া থাকে। সে যাহা হউক এখন ঐ দলিত মৎস্যে এক একটী ডিম্বাকৃতি পিণ্ড প্রস্তুত করিয়া রাখ।

অনন্তর সমুদায় ঘৃত একটী পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া তাহাতে উক্ত ডিম্বাকৃতি মৎস্যগুলি সাজাইয়া রাখ এবং আর একটী পাত্র দ্বারা পাক-পাত্রটী উত্তমরূপে ঢাকিয়া তাহার নীচে ও উপরে তপ্ত অঙ্গার স্থাপন করিয়া রাখ, দেখিবে যে, সেই আঁচে কোপ্তা ভাজা হইয়াছে! ভাজা হইলে অর্থাৎ প্রথমে ফোটার বড় বড় শব্দ, পরে ঐ শব্দ চুড়্ চুড়্ করিতে থাকিলে তাহা নামাইয়া লইতে হইবে। যদি কড়াতে উহা ভাজিতে হয়, তাহা হইলে ঘৃতে মৌরী ভাজা ছড়াইয়া দিয়া তাহাতে ঐ ডিম্বাকৃতি পদার্থগুলি ভাজিয়া লইলেই চলিতে পারিবে।

মাহীকাবাব গরম গরম আহারে বেশ সুখাদ্য। অসঙ্গতিপন্ন লোকেরা ঘৃতের অভাবে তৈল দ্বারা উহা ভাজিয়া লইতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না।

যাঁহারা পিয়াজ ও রসুন আহারে ঘৃণা প্রকাশ করিয়া থাকেন, তাঁহারা উহার পরিবর্ত্তে আদার পরিমাণ কিছু বেশী করিয়া দিবেন।

নারিকেলকুমড়া।

ভিন্ন ভিন্ন স্থানে ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে নারিকেলকুমড়া রন্ধন হইয়া থাকে, ঐ সকল নিয়মের মধ্যে একটী উৎকৃষ্ট নিয়ম এস্থলে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কুমড়া (কুরা)	...	...	...	এক সের।
নারিকেল কুরা	...	...	...	এক পোয়া।
ঘৃত	...	...	...	দুই ছটাক।
তেজপাতা	...	...	...	আটখানি।
মেতি	...	...	...	আধ তোলা।

ধনে বাটা	...	...	...	তিন তোলা।
জিরা গোলমরিচ বাটা	...	...	...	এক তোলা।
আদা	...	...	...	দুই তোলা।
লবঙ্গ	...	...	...	দুই আনা।
ছোট এলাচ	...	...	...	তিন আনা।
দারুচিনি	...	...	...	চারি আনা।
লবণ	...	...	...	দুই তোলা।
চিনি	...	...	...	আধ ছটাক।
দুগ্ধের সর	...	...	...	দুই তোলা।

প্রথমে পাঁচ ছয় মাসের একটী পুরাতন (দেশী) কুমড়া খোসা সমেত কাটিয়া জলে উত্তমরূপে ধুইয়া রাখিবে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত তাহা হইতে জল ঝরিয়া না পড়ে, ততক্ষণ ঐরূপ অবস্থায় রাখিতে হইবে। পরে সেই কুমড়া কুরিয়া পাত্রান্তরে স্থাপন করিবে।

কুমড়া কুরার ন্যায় নারিকেল কুরিয়া তাহা বেশ করিয়া বাটিয়া লইবে, এখন একখানি কড়া জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে তেজপাতা দিয়া নাড়িতে হইবে। পরে ঘৃত যখন অত্যন্ত পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে মেতি ছড়াইয়া দিবে। মেতি ফোটা শব্দ শেষ হইলে, আর বিলম্ব না করিয়া তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত কুমড়া ও নারিকেল কুরা ঢালিয়া দিয়াই বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে।

কুমড়া ও নারিকেল অল্প ভাজা ভাজা হইলে তাহাতে ধনেবাটা, জিরাগোলমরিচ বাটা এবং লবণ দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। জ্বালে নারিকেল ও কুমড়া হইতে যে জল বাহির হইবে, তাহা শুষ্ক হইলে, দুগ্ধের সর দিয়া পুনর্ব্বার বেশ করিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। পাচক ও পাচিকাদের এই সময় একটু সতর্ক হওয়া আবশ্যক; অর্থাৎ ব্যঞ্জনের এই অবস্থায় ভাল করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া না দিলে, উহা ধরিয়া বা পুড়িয়া যাইবার বিলক্ষণ সম্ভব।

এদিকে ছোট এলাচ, দারুচিনি, লবঙ্গ এবং আদা বাটা (কিম্বা কুচি) অবশিষ্ট ঘৃতের সঙ্গে মিশাইয়া ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপ নাড়িয়া দিবে। পরে যখন দেখা যাইবে নারিকেলকুমড়া হাতে করিলে বেশ জড় হইয়া আইসে এইরূপ অবস্থা হইয়াছে, তখন তাহা নামাইয়া ঢাকিয়া রাখিবে।

মানকচুর ঘণ্ট।

একটী মানকচু লইয়া তাহার গাত্রস্থ ছোট ছোট শিকড়গুলি ফেলিয়া দিয়া গোটা কচুটীকে মাঝামাঝি দুই অংশে কাটিয়া উপরের অংশটুকু রাখিয়া, মূলার্দ্ধ লইয়া একবারে নীচে হইতে কতক কাটিয়া ফেলিতে হইবে এবং অর্দ্ধ হস্ত পরিমিত খণ্ড করিয়া তাহা আবার মাঝামাঝি চিরিয়া (অর্থাৎ লম্বা দ্বিখণ্ড করিয়া) উত্তমরূপে ধুইয়া লইতে হইবে। এখন এই ধৌত খণ্ডকে কুরুনি দ্বারা কুরিয়া লওয়া আবশ্যক। যেরূপ নিয়মে উহাতে ঘণ্ট রাঁধিতে হয়, তাহার বিবরণ পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মানকচু (কুরা)	...	...	...	এক সের।
গোলআলু	...	...	...	দেড় পোয়া।
ফুলবড়ী	...	...	...	আধ পোয়া।
ঘৃত	...	...	...	আধ ছটাক।
তৈল	...	...	...	এক ছটাক।
পাঁচফোড়ন	...	...	...	ছয় আনা।
হরিদ্রা বাটা	...	...	...	এক তোলা।
লঙ্কা বাটা	...	...	...	আধ তোলা।
ধনে বাটা	...	...	...	দুই তোলা।
গোলমরিচ বাটা	...	...	...	আধ তোলা।

মৌরি বাটা	...	...	... আধ তোলা।
পিটালি	...	...	... এক তোলা।
তেজপাতা	...	...	... ছয় খানা।
জিরা বাটা	...	...	... আধ তোলা।
আদা বাটা	...	...	... দেড় তোলা।
লবণ	...	...	... আড়াই তোলা।

পূর্ব্বে যে কচুখণ্ড কুটিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা উত্তমরূপে ধৌত করিয়া সিদ্ধ করিতে হইবে। জ্বালে উহা সিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া নিংড়াইয়া লইতে হইবে।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে তৈল দিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে। সেই তৈলে বড়িগুলি ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। বড়ির অভাবে খেঁসারি দাইল বাটিয়া ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র বড়ির আকারে প্রস্তুত করিয়া তাহাও ভাজিয়া লইলে চলিতে পারে। কিন্তু তাহার তত সুস্বাদ হয় না, ফুলবড়ি হইলেই ভাল হয়। বড়ি ভাজা হইলে সেই তৈলে খোসা ছাড়ান দ্বিখণ্ড আলু ভাজিয়া লইতে হইবে।

এখন জ্বালস্থিত তৈলে তেজপত্র ও পাঁচ ফোড়ন নিক্ষেপ করিয়া বেশ করিয়া নাড়িতে থাক এবং লাল্‌ছে রং হইলে তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত মানকচু ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া দেও। উহা অল্প ভাজা ভাজা হইলে তাহাতে আলুগুলি নিক্ষেপ কর এবং একটী পাত্রে অল্প পরিমাণে জল লইয়া তাহাতে হরিদ্রা বাটা, লঙ্কা বাটা, ধনে বাটা ও লবণ গুলিয়া ঢালিয়া দেও।

জ্বালে উহা ফুটিয়া আসিলে গোলমরিচ বাটা ও ভাজা বড়িগুলি ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দেও এবং একটু পরেই মৌরী বাটা ও পিটালি অল্প পরিমাণ জলে মিশাইয়া উহাতে দিতে হইবে। এই সময় হইতে জ্বালের আঁচ কমাইয়া দিতে হয়। ব্যঞ্জনের যখন থকথকে অবস্থা হইবে, তখন তেজপাতা বাটা, জিরা বাটা এবং আদা বাটা সমুদায় ঘৃতে গুলিয়া ব্যঞ্জনের উপর ঢালিয়া দেও এবং একবার উত্তমরূপে

নাড়িয়া চাড়িয়া উহা জ্বাল হইতে নামাইয়া রাখ। যে কোন ব্যঞ্জনের এইরূপ অবস্থায় অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে। কারণ এখন জ্বালে থাকিলে ব্যঞ্জনের আস্বাদন বিস্বাদু হইয়া যায়, গরম মসলার সুগন্ধ নষ্ট হইয়া উঠে। সুতরাং আর জ্বাল না দিয়া পাক-পাত্রটীর মুখ ঢাকিয়া রাখিলেই মানকচুর ঘণ্ট রন্ধন হইল।

নারিকেলচিংড়ী।

চট্টগ্রাম অঞ্চলে নারিকেলচিংড়ী বা নারিকেল পোড়া অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার হইয়া থাকে। বাস্তবিক উহা বেশ সুখাদ্য অথচ সমান্য ব্যয়-সাধ্য এবং অতি সহজ উপায়ে প্রস্তুত করিতে পারা যায়।

মাঝারি রকমের চিংড়ী অর্থাৎ যাহার মাথা এবং খোসা বা খোলা ফেলিয়া দিলে দুই তিন আঙুল পরিমাণ লম্বা থাকে, এইরূপ কতকগুলি চিংড়ীর মাথা এবং খোসা ছাড়াইয়া শীতল জলে উত্তমরূপে ধুইয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

এদিকে একটী নারিকেল অত্যন্ত ঝুনা হইলে ভাল হয় না। ভাঙিয়া তাহার মধ্যস্থ শাঁস অর্দ্ধেক আন্দাজ পোড়াইতে হইবে। অপরাংশ ঐ নারিকেলের মালার সঙ্গেই থাকিবে। ঝুনা নারিকেল যদি পোড়াইয়া না দেওয়া হয়, তবে মধ্যস্থ শাঁস মাছের সঙ্গে মিশিবে না। কিন্তু যদি ডুর্ম্মা নারিকেল হয়, তবে উহা পোড়াইবার আবশ্যক হয় না। এক্ষণে পরিমাণ মত অর্থাৎ যাহা ঐ নারিকেলের মালার মধ্যে ধরিতে পারে, পূর্ব্ব রক্ষিত ধৌত মৎস্য, লবণ, পরিষ্কার তৈল, সরিষাবাটা, হরিদ্রা বাটা, জিরা বাটা অল্প পরিমাণে গোলমরিচ বাটা এবং পোড়া নারিকেল এক সঙ্গে মিশাইয়া পুনরায় নারিকেলের মধ্যে পূরিয়া দুইটী মালা জুড়িয়া আস্ত নারিকেলের ন্যায় যোড় দিতে হইবে, যোড় দিবার জন্য এক আঙ্গুল পুরু মাটির লেপ দিলেই চলিতে পারে। এখন ঐ নারিকেলটী জ্বলন্ত উনানের ভিতর দিতে হইবে এবং তিন চারি

মিনিট অন্তর উহা এক একবার উল্টাইয়া দিতে হইবে। এই প্রকারে তিন কোয়াটার পোড়াইয়া উহা আগুণ হইতে তুলিয়া লইতে হইবে।

এই পোড়া নারিকেলটীর যোড় খুলিয়া ফেলিলে দেখা যাইবে সমুদায় নারিকেল মাছের সহিত মিলিয়া গিয়াছে। এখন মালা হইতে ঐ মিশ্রিত পদার্থ বাহির করিয়া একটু চট্‌কাইয়া লইলেই তাহা আহারের উপযোগী হইল।

ছুর্ম্মা নারিকেল হইলে তাহা না ভাঙিয়া মুখের দিকে একটী ছিদ্র করিয়া জল ফেলিয়া দিতে হইবে এবং ঐ ছিদ্র পথে মাছ ও মসলাদি সমুদায় পূর্ণ করিয়া ছিদ্রটী বন্ধ করিতে হইবে। বন্ধ করা হইলে নারিকেলে মাটীর লেপ দিতে হইবে। লেপ না দিলে মালা আগুণে পুড়িয়া যাইবে। এক্ষণে পূর্ব্ব নিয়মানুসারে নারিকেলটী পোড়াইয়া আহারের উপযোগী করিয়া লইতে হইবে। পাঠক ও পাঠিকাগণ একবার এই নারিকেলচিংড়ী বা নারিকেল পোড়া আহার করিয়া দেখিবেন, উহার কেমন মুখ-প্রিয় আস্বাদন।

মৎস্যের পিষ্টক।

ইয়ুরোপের মধ্যে অনেক লোকেই মাছের এক প্রকার পিষ্টক পাক করিয়া আহার করিয়া থাকেন। এই পিষ্টক আহারে বেশ সুখাদ্য। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ইয়ুরোপীয়েরা যে নিয়মে রন্ধন করিয়া থাকেন, ঠিক সেইরূপ রন্ধন আমাদের রসনায় তত ভাল লাগে না। এজন্য আমরা উহার রন্ধন সম্বন্ধে একটু পরিবর্ত্তন করিলাম।

মৎস্যের পিষ্টকের পক্ষে রোহিত, কাতলা এবং মৃগেল প্রভৃতি জাতীয় মৎস্য হইলেই ভাল হয়। যে সকল মাছের কাঁটা কম এবং একটু শক্ত গোছের তদ্দারা অতি উত্তম পিষ্টক হইয়া থাকে।

প্রথমে মৎস্যগুলি অল্প পরিমাণে ভাজিয়া লইতে হইবে। এখন এই ভর্জ্জিত মৎস্যের কাঁটা বেশ করিয়া বাছিয়া ফেলিতে হইবে। মৎস্য অল্প

পরিমাণে ভাজিলে তাহা ছাড়াইবার পক্ষে অত্যন্ত সুবিধা হইয়া থাকে। কড়া ভাজা হইলে মৎস্য কিছু কঠিন হয় এবং তাহার আস্বাদনের ব্যতিক্রম ঘটিয়া থাকে। এজন্য লিখিত মত মৎস্য ভাজিয়া কাঁটা বাছিয়া লইবে।

মৎস্যের পরিমাণ মত আলু সিদ্ধ করিয়া তাহার খোসা ছাড়াইয়া চটকাইয়া লইতে হইবে। এখন এই চটকান আলুর সহিত পূর্ব্ব রক্ষিত মৎস্য বেশ করিয়া মিশাও এবং তাহাতে পাঁওরুটির শাঁস, অল্প পরিমাণ দুগ্ধ এবং পিয়াজ ও আদা বাটা আর উপযুক্ত মত লবণ দিয়া উত্তমরূপে চট্‌কাইতে থাক। চট্‌কাইতে চট্‌কাইতে উহা বেশ আঠা আঠা গোছের হইয়া আসিবে; দুগ্ধে যেন বেশী পাতলা না হয়।

এদিকে মৎস্যাদির পরিমাণ মত দুই তিনটী ডিম ভাঙিয়া বেশ করিয়া ফেণাইয়া লইতে হইবে এবং পূর্ব্ব রক্ষিত মিশ্রিত পদার্থে উহা মাখাইয়া লইবে। এই সময় একটী পাক-পাত্রে ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত মৎস্যাদি পিষ্টকের (ইচ্ছানুসারে যে কোন) আকারে প্রস্তুত করিয়া ঘৃতে ভাজিয়া তুলিয়া লইলেই মৎস্যের পিষ্টক প্রস্তুত হইল। গরম গরম অবস্থায় এই পিষ্টক অতি উপাদেয়।

ইয়ুরোপীয়েরা উহাতে কোন প্রকার মসলাদি না দিয়া চর্ব্বিতে ভাজিয়া থাকেন। কিন্তু সেরূপ রন্ধন আমাদের মুখে তত ভাল লাগে না। ভোক্তা-গণ রুচি অনুসারে আলু চট্‌কাইবার সময় তাহাতে লঙ্কা এবং গরম মসলার গুঁড়া ও লবণ মাখাইয়া লইতে পারেন।

ডিম সিদ্ধ।

(BOILED EGGS.)

ডিম্ব একটী পুষ্টি-কর খাদ্য। উহা ব্যবহার করিলে শারীরিক বল বৃদ্ধির বিশেষ সহায়তা হইয়া থাকে। ডিম সিদ্ধের নিয়ম অতি সহজ।

যে পরিমাণ জলে ডিম ডুবিয়া যায় এরূপ পরিমিত জলে ডিম সিদ্ধ

করিতে হয়। জলের পরিমাণ অল্প হইলে উহা সম্পূর্ণ ডুবিয়া যায় না। সিদ্ধ করিবার সময় সম্পূর্ণ জলমগ্ন না হইলে অর্থাৎ ডিমের যে ভাগ উপরে থাকে তাহা কাঁচা থাকিয়া যায়, সুসিদ্ধ হয় না। যে পর্য্যন্ত ডিম বেশ সুসিদ্ধ না হয়; সে পর্য্যন্ত উহা জল হইতে তুলা উচিত নহে। সিদ্ধ করিবার সময় তাড়াতাড়ি উহা জল হইতে তুলিলে কখনই সুসিদ্ধ হয় না। ফলতঃ যে পরিমিত সময় সিদ্ধ হইতে লাগিয়া থাকে, তাহার অল্পতা হইলেও সুসিদ্ধ হইতে ব্যাঘাত জন্মে। এক সময়ে সকল প্রকার ডিম সুসিদ্ধ হয় না। সচরাচর প্রায় দেখা যায় যে, এক হইতে পাঁচ মিনিটের মধ্যেই ডিম সুসিদ্ধ হইয়া থাকে। টাট্‌কা ডিম প্রায় চারি মিনিটের মধ্যেই সুসিদ্ধ হয়। পুরাতন ডিম সুসিদ্ধ হইতে প্রায় তিন মিনিট সময় লাগিয়া থাকে। কোন কোন জাতীয় ডিম অর্থাৎ যাহার খোলা পাতলা তাহা ফুটন্ত জলে হটাৎ নিক্ষেপ করিলে প্রায় খোলা ফাটিয়া যায়। এই ফাটা বা চির নিবারণ করিতে হইলে শীতল জলে উহা স্থাপন করিয়া ক্রমে ক্রমে জাল দিতে হয়।

গরম জলে পড়িবামাত্রই ডিমের মধ্যস্থ তরল পদার্থ কঠিন আকার ধারণ করিতে থাকে। উহা কঠিন করিতে হইলে অধিকক্ষণ গরম জলে রাখিতে হয়।

অর্দ্ধ সিদ্ধ ডিম্ব প্রস্তুত করিতে হইলে খুব গরম জল জ্বাল হইতে নামাইয়া সেই জলে ডিম ডুবাইয়া তুলিয়া লইতে হয়। ফলকথা রুচিভেদে উহা কঠিন কিম্বা অপেক্ষাকৃত কোমল অবস্থায় পাক করিতে হইলে উপরি-লিখিত নিয়মের প্রতি লক্ষ্য রাখা আবশ্যক।

ছাগ কট্‌লেট্।

ভিন্ন ভিন্ন মাংসের কট্‌লেটের ভিন্ন ভিন্ন আস্বাদন। ছাগের গর্দ্দানা এবং পাঁজরায় যেরূপ নিয়মে কট্‌লেট প্রস্তুত করিতে হয়, এই প্রস্তাবে তাহার বিবরণ লিখিত হইতেছে। কচি ছাগের গর্দ্দানা ও পাঁজরায় অতি

উত্তম কট্‌লেট্‌ প্রস্তুত হইয়া থাকে। ছাগের গর্দ্দানা কিম্বা পাঁজরা হইতে এক সের পরিমিত কোমল মাংস কাটিয়া লইতে হইবে। এক্ষণে উহার চামড়া ও চর্ব্বি পৃথক করিতে হইবে। এই পরিষ্কৃত মাংস খণ্ড খণ্ড করিয়া তাহার মধ্যস্থ হাড় এক ইঞ্চ পরিমিত লম্বাভাবে বাহির করিয়া লও। উহা এরূপভাবে বাহির করিতে হইবে, তাহার অপরাংশে যেন মাংসখণ্ড সংযোজিত থাকে।

এখন দুই ছটাক পরিমিত মাখন লইয়া একটী পাক-পাত্রে জ্বালে চড়াও। জ্বালে উহা গরম হইয়া ফেণা মরিয়া আসিলে তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত করা মাংস ঢালিয়া দেও এবং মধ্যে মধ্যে উহা উণ্টাইয়া দিতে থাক। জ্বালে উহা ভাজা হইলে উনান হইতে নামাও। যখন দেখা যাইবে উহা শীতল হইয়াছে, তখন তিনটী ডিমের হরিদ্রাংশ লইয়া উত্তমরূপে ফেণাইয়া ঐ মাংস খণ্ডে লেপ দেও। অনন্তর বিস্কুটের গুঁড়া উহার উপর ছড়াইয়া দিয়া পুনর্ব্বার ভাজিয়া লও। ভাজিবার সময় মধ্যে মধ্যে উহাতে আদা ও পিয়াজের রস খাওয়াইতে থাক। উহা নামাইয়া লইলেই আইরিষ্‌ ষ্টু পাক হইল।

এই ভর্জ্জিত মাংস খণ্ড গরম থাকিতে থাকিতে লবণ ও মষ্টার্ড সংযোগে আহার করিয়া দেখ, ছাগ কট্‌লেট্‌ কেমন আহারের উপযোগী হইল।

ডিমের সহজ ফ্রেন্স টোষ্ট।

ফরাসীরা অতি সহজ উপায়ে এক প্রকার টোষ্ট প্রস্তুত করিয়া থাকেন। এই টোষ্ট আহারে বেশ সুখাদ্য। মনে করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা পাক করিতে পারেন। যে নিয়মে এই সহজ টোষ্ট পাক করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইল।

প্রথমে একটী পাক-পাত্রে দুই সের জল দিয়া জ্বালে চড়াও এবং উহা গরম হইয়া আসিলে অন্য একটী পাত্রে দেড় ছটাক পরিমিত মাখন রাখিয়া ঐ জলের উপর বসাও। মনে কর যেন একটী বাটীতে মাখন

দিয়া বেড়ীর গোড়া দ্বারা উহার কাণা ধরিয়া জলের উপর রাখ। যতক্ষণ পর্য্যন্ত মাখন উত্তমরূপ গলিয়া না যায়, ততক্ষণ পর্য্যন্ত ঐরূপ ভাবে রাখিয়া সর্ব্বদা নাড়িতে থাক। মাখন গলিলে তাহা নামাইয়া তিনটী ডিমের তরলাংশ উহার সহিত ফেণাইয়া মিশ্রিত কর। এখন এই মিশ্রিত পদার্থ অপর একটী পাত্রে রাখিয়া আগুণের উত্তাপে ধর এবং গরম হইলে তৎক্ষণাৎ অপর আর একটী শীতল পাত্রে ঢালিয়া রাখ। এইরূপ নিয়মে তিন চারিবার একবার শীতল পাত্রে এবং একবার উষ্ণ পাত্রে ঢালা-উপরা করিলেই পাক হইল। এইরূপ ঢালা উপরা করিবার কারণ এই আগুণের তাতে উহা যেন ফুটিয়া কিম্বা পুড়িয়া না যায়।

অনন্তর তাহাতে পরিমাণ মত বটার্ড টোষ্ট মাখাইয়া গরম করিলেই ফ্রেঞ্চ টোষ্ট প্রস্তুত হইল। *

প্রভাতী চা।

প্রভাতকালে উষ্ণ চা সেবন করিলে শারীরিক পুষ্টি সাধিত এবং জড়তা নষ্ট হইয়া থাকে। ইংরাজ প্রভৃতি অন্যান্য জাতির মধ্যে চা অত্যন্ত ব্যবহৃত হইয়া থাকে। সচরাচর লোকে যে নিয়মে চা সেবন করিয়া থাকেন, তদ্দ্বারা তত উপকার হয় না, কিন্তু নিম্নলিখিত নিয়মে চা প্রস্তুত করিয়া সেবন করিলে স্বাস্থ্যের পক্ষে বিশেষ উপকার হইয়া থাকে।

---

*বটার্ড টোষ্ট—পাঁওরুটী খণ্ড খণ্ডভাবে কাটিয়া আগুণের আঁচে গরম করিতে হইবে। উহা এরূপ নিয়মে গরম করিতে হইবে, উভয় পীঠ যেন বেশ গরম হয়। গরম হইলে প্রত্যেক খণ্ডের উপরিকার ছাল ফেলিয়া দিয়া তাহাতে মাখন মাখাইতে হইবে। গরম করিবার পরে ছাল ফেলিবার কারণ এই আগুণের আঁচে ভিতরের রুটি নষ্ট কিম্বা ময়লা হইবে না। এইরূপ নিয়মে মাখন মাখান রুটি খণ্ডকে বটার্ড টোষ্ট কহিয়া থাকে।

প্রথমে চা প্রস্তুতের নিয়মানুসারে উহা প্রস্তুত করিয়া লও। পরে তাহার পরিমাণানুসারে (অর্থাৎ এক পিয়ালায়) তিনটী ডিমের সারাংশ, দুই ছটাক দুগ্ধ এবং দুই ছটাক চিনি উহাতে ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে মিশাইয়া লও।

এখন এই মিশ্রিত পদার্থ উষ্ণ চায়ে ঢালিয়া দিবা পাঁচমিনিট ঢাকিয়া রাখ। অনন্তর উহা ছাঁকিয়া লইলেই চা প্রস্তুত হইল। এই চা সেবন করিলে শরীরের বল বৃদ্ধির বিশেষ সাহায্য হইয়া থাকে।

ফ্লোটিং আইল্যাণ্ড।

আমাদের দেশীয় রমণীগণ যেমন শিল্প-নৈপুণ্য দেখাইবার জন্য খাদ্য দ্রব্য নানাপ্রকার আকারে গঠন করিয়া থাকেন, অর্থাৎ ক্ষীর ও সন্দেশের নানা প্রকার ফল, গহনা এবং পক্ষী প্রভৃতির আকারে প্রস্তুত করিয়া থাকেন, সেইরূপ ইয়ুরোপে রুটি ও কেক্ প্রভৃতি নানাপ্রকার আকারে প্রস্তুত করিয়া ভোক্তাদিগের আনন্দ বৃদ্ধি করা হইয়া থাকে। ফ্লোটিং আইল্যাণ্ডও সেই প্রকার এক রকম খাদ্য।

সাড়ে চারি ছটাক পরিমিত দুগ্ধের সরে মিষ্ট হওয়ার উপযুক্ত চিনি মিশ্রিত করিতে হইবে। পরে উহাতে একটী নেবুর (পাতি কিম্বা কাগজি) রস নিংড়াইয়া দেও। এখন সমুদায়গুলি এক সঙ্গে উত্তমরূপে ফেণাইয়া রাখ।

এদিকে ভালরকম পাঁউরুটি চক্রাকারে কাটিয়া পূর্ব্ব মিশ্রিত পদার্থে মাখাইয়া লও। এই রুটিখণ্ড একটী পাত্রে (প্লেটে) স্তরে স্তরে সজ্জিত কর। এই সময় একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ রুটির যে স্তর সাজাইতে হইবে, তাহার প্রথম স্তরে বড় বড় রুটিখণ্ড রাখিয়া তাহার উপর অপেক্ষাকৃত ছোট আকারের রুটি স্থাপন করিতে হইবে। এইরূপে পর্ব্বতের গঠনানুসারে রুটি সাজাইয়া রাখিতে হইবে।

এখন রুটির পরিমাণ মত ডিম ভাঙ্গিয়া তাহার শ্বেতাংশে ছোট এলাচের দানা চূর্ণ, দারুচিনি চূর্ণ মিশাইতে হইবে। এই মিশ্রিত পদার্থ পূর্ব্ব

সজ্জিত উষ্ণ রুটিস্তবের উপরে ঢালিয়া দিতে হইবে। উষ্ণতা প্রযুক্ত উহা কঠিন আকার ধারণ করিয়া পর্ব্বতাকার হইবে। ইহাই ইয়ুরোপে ফ্লোটিং আইল্যাণ্ড নামে পরিচিত।

আইরিষ্ষ্টু (Irish Stew)

মেষের গায়ের পাতলা অঙ্গ হইতে মাংসের টুকুরা দ্বারা যেরূপ ষ্টু প্রস্তুত হয়, অপেক্ষাকৃত মাংসল অঙ্গ দ্বারা সেরূপ উপাদেয় ষ্টু প্রস্তুত হয় না। মেষের দুই খণ্ড ঐরূপ হাল্কা মাংসে (দুই সের ওজনের ভারী) এইরূপ ৭।৮ জনের খাদ্যের উপযোগী ষ্টু প্রস্তুত হইতে পারে।

ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে প্রথমত ঐ মাংস খণ্ডদ্বয়কে উপযুক্ত অংশে বিভক্ত করিতে হইবে। ঐ অংশগুলি যেন নিতান্ত ক্ষুদ্র অথবা নিতান্ত বৃহদাকারে না হয়। তৎপরে এই মাংস খণ্ডগুলিকে উপযুক্ত পরিমাণ জলপূর্ণ কটাহে নিক্ষেপ করিয়া দুই ঘণ্টা পর্য্যন্ত জ্বাল দাও। ঐ জল যেন এরূপ অতিরিক্ত না হয় যাহাতে ঐ মাংস খণ্ডগুলি ঢাকিয়া অধিক ছাপাইয়া যায়! এখন ঐ ফুটন্ত জলের মধ্যে লবণ, মরিচ এবং রুচি অনুসারে ৪।৫ টী অথবা ততোধিক পরিমিত পিয়াজ নিক্ষেপ করিতে হইবে। এখন এরূপ সাবধানে জ্বাল দিতে হইবে যে, যেন ঐ মাংস খণ্ডগুলি মৃদুভাবে সিদ্ধ হয়। সিদ্ধ হইয়া যখন বেশ নরম হইবে, তখন উহা নামাইয়া ঝোল এবং চর্ব্বি বিশেষরূপে পৃথক করিয়া রাখ। তৎপরে পিয়াজ ও আলুর গোল কুচি করিয়া একটী মুখ সরু পাত্রে সাজাইয়া রাখিয়া ঐ সিদ্ধ মাংস খণ্ডগুলিকে তদুপরি রাখিতে হইবে। পুনরায় ঐরূপ পিয়াজ ও আলুর কুচি কাটিয়া তাহা ঢাকিতে হইবে। এইরূপ আলু ও পিয়াজের ভাগ এক সের পরিমিত হইলেই চলিবে। পরে পূর্ব্বোক্ত ঝোলে উপযুক্ত পরিমাণে মরিচ এবং লবণ সংযুক্ত করিয়া উহাতে ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং যতক্ষণ ঐ আলুর কুচিগুলি বেশ পরিপক্ক না হয়, ততক্ষণ রাখিতে হইবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই আইরিষ্ ষ্টু পাক হইল।

ইংলিস্ চপ্।

চপ্ প্রস্তুতের যে নানা প্রকার নিয়ম আছে, তাহা বোধ হয় অনেকেই অবগত আছেন। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ইংলিস্ চপ্ এতদ্দেশীয় সকলের রসনায় সমান আদরণীয় হয় না। ইংরাজেরা যে নিয়মে উহা পাক করিয়া থাকেন, তাহা এক প্রকার ঝলসান বলিলেও বড় দোষ হয় না। ইংরাজ পাচকেরা চপের উপযুক্ত মাংস খণ্ড, হয় অগ্নির উত্তাপে না হয় শিকে গাঁথিয়া ঝলসাইয়া লইয়া থাকেন।

প্রথমতঃ চপের উপযুক্ত মাংস খণ্ডে মরিচের গুঁড়া ও লবণ মাখাইতে হইবে। এই সময় একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ এক্‌কালে সমুদায় মাংস খণ্ডে উহা না মাখাইয়া যে অংশ আগুণের উপর থাকিবে, সেই অংশে উহা মাখাইয়া হয় শিকে গাঁথিয়া, না হয় কোন পাত্রে করিয়া আগুণের আঁচে রাখিতে হইবে। আগুণে থাকার অবস্থায় সর্ব্বদা উহা উল্টাইয়া দিতে হইবে এবং মাংস হইতে জলীয় অংশ যেন পড়িয়া না যায়, তাহাতে দৃষ্টি রাখিতে হইবে। লিখিত নিয়মে মরিচের গুঁড়া ও লবণ মাখাইয়া পূর্ব্বোক্ত নিয়মে পাক করিয়া লইলেই চপ্ প্রস্তুত হইয়া থাকে।

এই চপ্ পাক করিতে প্রায় আটদশ মিনিট সময় আবশ্যক করে; জ্বাল বেশী চড়া হওয়া উচিত নহে। তবে মাংসের স্থূলতানুসারে জ্বাল এবং সময়ের তারতম্য হইয়া থাকে। চপে অন্য কোন মসলা কিম্বা সুস্বাদু করিবার উপকরণ না দিলেও চলিতে পারে।

যেরূপ নিয়মে ইংলিস্ চপ পাকের নিয়ম লিখিত হইল, তাহা পাঠ করিয়া পাঠকগণ একপ্রকার বুঝিতে পারিলেন, উহার আস্বাদন কতদূর উপাদেয় হইবে। ইংরাজদিগের নিকট এই চপ্ অত্যন্ত আদরণীয়। আমাদের বিবেচনায় এই চপ্ এতদ্দেশীয়দিগের রসনায় আদর যোগ্য করিতে হইলে নিম্ন লিখিতরূপ ব্যবস্থা করিলে চলিতে পারে।

চপের উপযুক্ত কোমল মাংস খণ্ড খুব থুরিতে হইবে। এরূপ-ভাবে থুরিতে হইবে, যেন উহা কাদার ন্যায় হইয়া আসিবে, অথচ এক খণ্ডই মাংস থাকিবে। এইরূপ অবস্থাপন্ন মাংস খণ্ড আগুণের মৃদুতাপে পূর্ব্বোক্ত নিয়মে পাক করিতে হইবে এবং মধ্যে মধ্যে মাখন বা ঘৃত, পিয়াজ ও আদার রস, মরিচের গুঁড়া এবং লবণ এক সঙ্গে মিশাইয়া তাহাতে অল্প অল্প পরিমাণে খাওয়াইতে হইবে। চপ্ যে সর্ব্বদা উল্টাইয়া দিতে হয়, তাহা বোধ হয় সকলেরই মনে থাকিবে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে যে চপ্ প্রস্তুত হইবে, তাহাই অপেক্ষা-কৃত সুস্বাদু। পাচক ও পাচিকাগণ এখন ভোক্তাদিগের রুচি অনুসারে উক্ত উভয় প্রকার নিয়মের মধ্যে যে কোন নিয়মে রন্ধন করিতে পারেন।

বাস্তবিক ভাল করিয়া পাক করিতে পারিলে চপ্ বেশ সুখাদ্য হইয়া থাকে। উহা গরম গরম অবস্থায় আহার করিতে হয়। এজন্য উহা আহারের কিছু পূর্ব্বে পাক করা ভাল। আর পূর্ব্বে প্রস্তুত হইলে আগুণের অল্প আঁচ লাগে এরূপ স্থানে চপ্‌গুলি রাখিতে হয় এবং পরিবেশনকালে একবার গরম করিয়া লইলেই চলিতে পারে।

আনারসের পোলাও।

(দ্বিতীয় প্রকরণ।)

আনারসের দ্বারা যেরূপ নিয়মে পলান্ন পাক করিতে হয়, এ প্রস্তাবে তাহা লিখিত হইতেছে। অম্লমধুর আস্বাদ জন্য এই পোলাও অত্যন্ত উপাদেয়। সুপক্ক আনারস দ্বারাই অতি উৎকৃষ্ট পলান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে। পাকের নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	...	...	...	এক সের।
চাউল	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	দেড় পোয়া।

আনারস	...	...	...	দেড় সের।
চিনি	...	...	...	তিন পোয়া।
পাতি নেবুর রস	...	...	...	আধ পোয়া।
দারুচিনি (অখণ্ড)	...	...	...	ছয় আনা।
লবঙ্গ ঐ	...	...	...	চারি আনা।
ছোট এলাচ ঐ	...	...	...	ছয় আনা।
আদা	...	...	...	তিন তোলা।
ধনে	...	...	...	দেড় তোলা।
কালজিরা	...	...	...	আধ ভরি।
লবণ	...	...		সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে আনারসের খোসা ও চোক ছাড়াইয়া তাহা খণ্ড খণ্ড করিয়া কুটিতে হইবে। পরে সেই প্রত্যেক খণ্ডে শলাকা দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ছিদ্র করিতে হইবে। অনন্তর তাহা উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লইবে।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে জল দিয়া জ্বালে চড়াইবে এবং তাহার উপর বাঁশের চেয়াড়ি সাজাইয়া তাহাতে এক সের পরিমিত আনারস স্থাপন করিবে। জ্বালে উহা সিদ্ধ হইলে আনারসগুলি পাত্রান্তরে নামাইয়া রাখিবে এবং ঐ জলে চিনি ও নেবুর রস মিশাইয়া পানক প্রস্তুত করিবে। এখন এই পানকের কিঞ্চিৎ পৃথক পাত্রে তুলিয়া রাখিয়া অবশিষ্ট অর্দ্ধ সের আনারস খণ্ড ঢালিয়া দিয়া জ্বালে চড়াইবে। অল্প পরিমাণ রস থাকিতে থাকিতে উহা নামাইয়া লইবে।

এখন মাংস খণ্ড, আদা, ধনে, লবণ এবং জল একটী পাত্রে মুখ ঢাকিয়া জ্বালে চড়াইবে। খানিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে যখন দেখা যাইবে, মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে এবং জলের লাল্‌ছে রং হইয়া সুগন্ধ নির্গত হইতেছে, তখন তাহা নামাইবে, এবং মসলাদি পৃথক করিয়া মাংস ও যূষ বা আখ্‌নি লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সম্বরা দিবে।

এদিকে পাক-পাত্রে কালজিরা ছড়াইয়া তাহার উপর মাংস অখণ্ড গন্ধমসলার স্তবক সাজাইবে। আর পূর্ব্বে যে কিঞ্চিৎ পানক পৃথক করিয়া

রাখা হইয়াছে, তাহাতে মাংসের যূষ মিশাইয়া পূর্ব্ব সিদ্ধ করা এক সের আনারসের রস নিংড়াইয়া মিশাইবে। এখন সিদ্ধ করা মাংস আর একবার জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে এই প্রস্তুত করা আনারসের রস দুই চাম্‌চা পরিমাণে দিয়া একবার ফুটিয়া উঠিলে নামাইয়া লইবে।

এইরূপে আনারস ও মাংসাদি প্রস্তুত হইলে, চাউলগুলি অন্ন পাকের নিয়মানুসারে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া লইবে। পোলাওয়ের জন্য চাউলাদির যেরূপ ব্যবস্থা পূর্ব্ব পূর্ব্ববারে কথিত হইয়াছে, সেইরূপ করিতে হইবে। সুতরাং তাহার, আনুপূর্ব্বিক উল্লেখ করা অনাবশ্যক। অর্দ্ধ সিদ্ধ চাউলের মাড় গালা হইলে তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত যূষ ঢালিয়া দিয়া সুসিদ্ধ করিয়া লইবে। উহা সিদ্ধ হইবার উপক্রম হইয়া আসিলে তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দমে বসাইবে এবং বেশ সুসিদ্ধ হইলে উহা নামাইয়া লইবে। পরিবেশন সময়ে পোলাওয়ের উপরে অবশিষ্ট অর্দ্ধ সের আনারস খণ্ড ছড়াইয়া দিবে। ভোক্তাগণ এই পোলাও একবার আহার করিয়া দেখিবেন, তাঁহাদিগের রসনা উহার নামে নাচিয়া উঠে কি না।

কাবুলি খেচরান্ন।

পোলাও রন্ধনের নিয়মানুসারে এই খেচরান্ন পাক করিতে হয়, তবে প্রভেদের মধ্যে পোলান্নে মুগের দাইল দিতে হয় না। কিন্তু ইহাতে উহা ব্যবহৃত হইয়া থাকে এবং আহারে উহা ঠিক পোলাওয়ের ন্যায় সুখাদ্য। উহার রন্ধনের নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	...	...	...	এক সের।
চাউল	...	...	...	আধ সের।
সোণামুগের দাইল	...	...	...	আধ সের।
ঘৃত	...	...	...	আধ সের।
ছোট এলাচ (গোটা)		...	...	চারি আনা।

দারুচিনি (গোটা)	...	...	...	ছয় আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	তিন আনা।
মরিচ গোটা	...	...	...	এক তোলা।
ধনে	...	...	...	তিন তোলা।
পিয়াজ	...	...	...	এক পোয়া।
আদা	...	...	...	তিন তোলা।
কালজিরা	...	...	...	ছয় আনা।
লঙ্কা	...	...	...	চারি তোলা।

প্রথমে মাংস, ঘৃত ও পিয়াজ সম্বরা দিয়া অল্প কসিয়া লইবে। পরে তাহাতে ধনে বাটা, আদা বাটা, লবণ ও জল দিয়া সুসিদ্ধ করিবে। বেশ সিদ্ধ হইলে উহা নামাইয়া লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া উহা আর একবার সম্বরা দিবে। এখন একটী পাক-পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহার উপর জিরা ছড়াইয়া দিয়া মাংস, (যূষ বা ঝোল ভিন্ন) সমুদায় অখণ্ড গরম মসলা সাজাইয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘৃতে অল্প মাত্রায় ভাজিয়া তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত করা যূষ দ্বারা সিদ্ধ করিয়া লইবে। এখন এই সিদ্ধ চাউল পূর্ব্বে সজ্জিত মাংসের উপর ঢালিয়া দিয়া সমুদায় ঘৃত অর্পণ করিবে। এই অবস্থায় উহাতে আর জ্বাল না দিয়া কেবলমাত্র দমে বসাইয়া রাখিবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই কাবুলি খেচরান্ন পাক হইল।

জাহাঁঙ্গিরী খেচরান্ন।

জাহাঁঙ্গির বাদসা এই খেচরান্ন অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার করিতেন, তজ্জন্য উহার নাম জাহাঁঙ্গিরী খেচরান্ন হইয়াছে। জল না দিয়া উহা পাক হইয়া থাকে। এই খেচরান্ন অত্যন্ত সুখাদ্য এবং গুরু-পাক। যেরূপ নিয়মে উহা পাক করিতে হয়, তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

মাংস	এক সের।
চাউল	আধ সের।
সোণামুগের দাইল	আধ সের।
ঘৃত	এক সের।
পিয়াজের রস	এক সের।
দারুচিনি চূর্ণ	ছয় আনা।
ছোট এলাচ চূর্ণ	আট আনা।
লবঙ্গ চূর্ণ	ছয় আনা।
মরিচ চূর্ণ	আধ তোলা।
ধনে বাটা	দেড় তোলা।
আদার রস	তিন তোলা।
লবণ	সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংস সূক্ষ্ম ধরণে থুরিয়া তাহাতে আদা ও পিয়াজের রস, ধনে বাটা এবং লবণ মাখাইয়া চারি দণ্ড কাল কোন পাত্রে ঢাকিয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘৃতে ভাজিয়া পূর্ব্ব রক্ষিত মাংসের সহিত মিশ্রিত করিবে। এখন তাহাতে সমুদায় গন্ধ মসলা চূর্ণ ও মরিচ চূর্ণ মিশাইয়া মৃদুতাপে উহা স্থাপন করিবে এবং মধ্যে মধ্যে এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দিবে। জ্বালে মাংসাদির রস মরিয়া আসিলে, পাক-পাত্রের চারি ধারে তপ্ত অঙ্গার সাজাইয়া দিবে। এই সময় পাক-পাত্রের ঢাকনি আর্দ্র অর্থাৎ ভিজা কাপড় দ্বারা বন্ধন পূর্ব্বক তাহার উপর আর একটী পাত্র রাখিয়া তাহাতে তপ্ত অঙ্গার স্থাপন করিবে। পাক শেষ হইয়া আসিলে ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে উষ্ণ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার মুখ ঢাকিয়া দিবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই জাহাঙ্গিরী খেচরান্ন পাক হইল।

হিন্দুস্থানী মাহী পোলাও।

মৎস্য দ্বারা এই পোলাও প্রস্তুত হয় বলিয়া ইহাকে মাহী পোলাও কহিয়া থাকে। রন্ধন পারিপাট্যে অনেক সময় মাংসের পোলাও অপেক্ষা মৎস্য পোলাও সুখাদ্য হইয়া থাকে। নানা প্রকার নিয়মে এই পোলাও পাকের নিয়ম প্রচলিত আছে। অদ্য হিন্দুস্থানী মাহী পোলাও রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইল। হিন্দুস্থানী পোলাওয়ে প্রায়ই অগ্রে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, অগ্রে চাউল সিদ্ধ করিয়া তদ্দ্বারা পোলাও রন্ধন করিলে উহার তত উৎকৃষ্ট আস্বাদ হয় না। তবে এই প্রকার নিয়মে রন্ধন করিলে ঘৃত অধিক না দিলেও তত ক্ষতি বোধ হয় না, আর অধিক ঘৃত দিলেও চাউলে উহা টানিতে পারে না। ফলতঃ অল্প ঘৃতে রন্ধনের পক্ষে অগ্রে চাউল সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া লওয়াই বিশেষ সুবিধা। সে যাহা হউক, এক্ষণে মাহী পোলাওয়ের রন্ধন নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

ধৌত মৎস্য খণ্ড (ভাজা)		...	...	দেড় সের।
চাউল	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
আদা	...	...	...	আধ পোয়া।
ধনে	...	...	...	আধ পোয়া।
তেজপাতা	...	...	...	দুই তোলা।
মরিচ	...	...	...	সওয়া তোলা।
ছোট এলাচ	...	...	...	ছয় আনা।
দারুচিনি	...	...	...	ছয় আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	ছয় আনা।
কিস্‌মিস্	...	...	...	আধ পোয়া।
পেস্তা	...	...	...	আধ পোয়া।

বাদাম	...	...	...	আধ পোয়া।
লবণ	...	...		সাড়ে চারি তোলা।

আদা, ধনে, মরিচ এবং এক সের জল দিয়া আখ্নি তৈয়ার করিয়া লও। জল প্রস্তুত হইলে তাহা এক পোয়া থাকিতে নামাইয়া ঘৃতে অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঝোল সন্তলন কর।

এদিকে জলে পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেল। এখন আর একটী পাক-পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া তাহাতে তেজপাতা দিয়া উহার উপর অখণ্ড গন্ধ-মসলা ও বাদাম, কিস্‌মিস্ এবং মৎস্য সাজাও। এখন এই মসলা সাজান স্তবকের উপর অন্ন সাজাও। এইরূপে পর্য্যায়ক্রমে অন্ন ও মৎস্যাদি সাজাইয়া সর্ব্বশেষে সমুদায় আখ্নির জল ও ঘৃত তাহার উপর ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। পাক-পাত্রের মুখ ঢাকা হইলে পাত্রটী দমে বসাইয়া দেও। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই হিন্দুস্থানী মাহী পোলাও রন্ধন হইল।

অন্যান্য প্রকারে মাহী পোলাও পাকের বিষয় প্রস্তাবান্তরে লিখিত হইবে।

হংস শূল্য।

শূল্য মাংস আহারের ব্যবস্থা অতি প্রাচীন কাল হইতেই এদেশে প্রচলিত আছে, কারণ অনেক প্রাচীন হিন্দু পুস্তকে শূল্য মাংসের উল্লেখ দেখিতে পাওয়া যায়। রুচিভেদে শূল্য মাংসের আদর সমান নহে। যে নিয়মে হংসের শূল্য মাংস পাক করিতে হয়, তাহা এস্থলে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।

হংস	...	...	...	একটা।
ছাগ মাংস	...	...	...	এক পোয়া।
দধি	...	...	...	আধ পোয়া।

ঘৃত	...	...	...	এক পোয়া।
আদা	...	...	...	দুই ছটাক।
কিস্‌মিস্‌	...	...	...	দুই ছটাক।
বাদাম বাটা (ভাজা)	...	...	...	দুই ছটাক।
বিস্কুটের গুঁড়া বা ময়দা		...	...	এক ছটাক।
মরিচ	...	...	...	দুই তোলা।
ছোট এলাচ	...	...	...	এক আনা।
দারুচিনি	...	...	...	এক আনা।
লবঙ্গ	...	...	...	এক আনা।

গোটা হাঁসটীর পালক ছাড়াইয়া উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লইবে। যে কোন পাখীর পালক ছাড়াইবার পক্ষে গরম জলে খানিক্ষণ উহা ডুবাইয়া রাখিয়া তদনন্তর উহা ঝাড়িলে সহজেই উহা ছাড়িয়া যাইবে। এইরূপে পাখীর পালকাদি ছাড়াইয়া ও পায়ের অগ্রভাগ কাটিয়া ফেলিয়া তাহার পেট চিরিয়া তন্মধ্যস্থ নাড়ি ভূঁড়ি প্রভৃতি ময়লা অংশ বাহির করিয়া ফেল। এখন এই ধৌত হাঁসের সর্ব্ব শরীরে ছুরী দ্বারা সূক্ষ্ম ভাবে চিরিয়া দেও। অনন্তর আদার রস ও লবণ মাখাইয়া একটী পাত্রে উহা ঢাকিয়া রাখ। যাঁহারা পিয়াজ ব্যবহারে দূষ্য জ্ঞান না করেন, তাঁহারা এই সময় পিয়াজের রসও মাখাইতে পারেন।

এদিকে মাংস সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম ভাবে বেশ করিয়া থুরিয়া তাহা অর্দ্ধেক ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সন্তলন কর এবং অল্প পরিমাণ জল দিয়া তাহা বেশ সিদ্ধ কর। এই সুসিদ্ধ মাংসে অল্প পরিমাণ গন্ধ মসলা চূর্ণ ও কিস্‌মিস্‌ মিশাইয়া নামাইয়া রাখ। এখন পূর্ব্ব প্রস্তুত হাঁসটীর পেটের ভিতর এই মাংস পুরিয়া সেলাই করিয়া দেও। অনন্তর ফুটন্ত জলে আধ তোলা চিনি দিয়া ঐ হাঁসটী সিদ্ধ করিয়া তুলিয়া লও। এখন একটী শিকে উহা গাঁথিয়া আগুণের উপর ঘুরাইতে থাক।

এই সময় আর একটী কাজ করিতে হইবে, অর্থাৎ যে জলে হংস সিদ্ধ হইয়াছে, সেই জলে বিস্কুটের গুঁড়া, ভাজা বাদাম বাটা, মরিচ

বাটা, দধি ও গন্ধদ্রব্য চূর্ণ এবং এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দিয়া ফুটাইয়া লও। এখন এই মিশ্রিত পদার্থ হাঁসের গায়ে খাওয়াইতে থাক। এইরূপ নিয়মে মসলাদি খাওয়াইতে খাওয়াইতে মাংসের এক প্রকার বাদামী ধরণে রং হইয়া উঠিবে। পাচকগণ অনায়াসেই বুঝিতে পারিতেছেন যে, মসলা মিশ্রিত জল শুষ্ক হইলে পুনর্ব্বার উহা খাওয়াইতে হইবে। লিখিত নিয়মে সুপক্ক হইলে, অবশেষে সমুদায় ঘৃত উহাতে মাখাইতে হইবে। এইরূপ নিয়মে পাক করিলে হংস শূল্য পাক হইল।*

আদা বা জিন্‌জার ক্রিম।

চারিটী ডিম্বের শ্বেতাংশ লইয়া উত্তমরূপে ফেটাইতে হইবে। পরে আদাজারার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুচির সহিত উহা মিশাইয়া একটী ক্ষুদ্র ডেকের মধ্যে ঢালিয়া দেও।

এখন উহাতে এক টেবল চাম্‌চে আদ্রকের রস ও আধ সের দুগ্ধ এবং রুচি অনুসারে (অল্প বা অধিক) পরিষ্কার চিনি মিশ্রিত করিয়া মৃদু অগ্নিতে বিশ মিনিট পর্য্যন্ত এরূপে সিদ্ধ করিতে হইবে যেন ফুটিয়া না উঠে।

অনন্তর উহা জ্বাল হইতে নামাইয়া লইলেই আদার ক্রিম প্রস্তুত হইল।

ইংলিস্ কষ্টার্ড।

ইংরাজদিগের খাদ্যের পক্ষে কষ্টার্ড অতি সুখাদ্য জিনিষ। ইহার প্রস্তুত উপকরণ প্রধানতঃ দুগ্ধ, ডিম্ব ও শর্করা। কষ্টার্ড প্রস্তুত করিতে সাধারণতঃ সর ব্যবহার করিবার আবশ্যকতা নাই।

* মুরগী প্রভৃতি অন্যান্য পাখীরও এই নিয়মে শূল্য পাক করিতে পারা যায়। আর হাঁসের পেটে যেমন মাংস পূরিয়া দেওয়া হইয়াছে, সেইরূপ মাংসের পরিবর্ত্তে গোলআলু সিদ্ধ করিয়া তাহাতে ঐরূপ মসলাদি মিশাইয়া পূর দিতে হয়।

প্রথমতঃ আধ সের দুগ্ধ সুসিদ্ধ করিতে হইবে। ইহাতে এক ছটাক পরিমিত বিশুদ্ধ পরিষ্কার চিনি ঢালিয়া বিশেষরূপে নাড়িতে হইবে। কষ্টার্ড অধিক মিষ্ট করিতে হইলে আরও অধিক পরিমাণে চিনি ব্যবহার করিতে হয়। পরে তিনটী ডিম্বের সারাংশ লইয়া ফেটাইতে হইবে এবং বিশেষরূপে ফেটান হইলে উহা ঐ দুগ্ধের মধ্যে নিক্ষেপ করিতে হইবে। পরে ঐ দুগ্ধে অতি মৃদুভাবে জ্বাল দিতে হইবে। একখানি ক্ষুদ্র চাম্‌চা বা কাষ্টের তাড়ু দ্বারা উহা ধীরে ধীরে নাড়িতে হইবে। এইরূপে চব্বিশ মিনিট আন্দাজ উহা জ্বালে রাখিবে। তৎপরে উহা নামাইয়া অল্প শীতল করিতে হইবে এবং উষ্ণ থাকিতে থাকিতে তাহাতে পেস্তা, বাদাম, কিস্‌মিস্‌ মিশাইয়া লইবে। আর অল্প অম্ল রসাস্বাদন করিবার নিমিত্ত কিঞ্চিৎ লেবুর রসও উহাতে সংযুক্ত করিতে পারা যায়।

এইরূপ প্রস্তুত করা খাদ্যকে কষ্টার্ড কহিয়া থাকে। কষ্টার্ড পাকে ব্যয় অতি সামান্য অথচ উহা অত্যন্ত পুষ্টিকর। এরূপ পুষ্টিকর খাদ্য দেশ মধ্যে প্রচলিত হওয়া উচিত।

পাকা আমের মধুরিকা।

ইহা একটী অতি সুখাদ্য বড়া বিশেষ। এই বড়া পাকা আমের রসে প্রস্তুত হইয়া থাকে, এস্থলে বোধ হয় বলিয়া না দিলেও সকলে বুঝিতে পারেন যে, টক জাতীয় আম্র দ্বারা উহা আদৌ ভাল হয় না। মিষ্ট জাতীয় আম্র দ্বারা অতি উৎকৃষ্ট মধুরিকা প্রস্তুত হইয়া থাকে, যে নিয়মে উহা পাক করিতে হয়, তাহা নিম্নে পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।

আম্রের রস	...	...	...	দেড় সের।
ঘৃত	...	...	...	এক সের।
ময়দা	...	...	...	আধ সের।
চিনি	...	...	...	আধ সের।
ছোট এলাচ চূর্ণ	...	...	...	দুই আনা।

মিষ্ট জাতীয় আম্র জলে উত্তমরূপে ধুইয়া লইয়া তাহার খোসা ছাড়াইতে হইবে। এখন এই আম্র পরিষ্কার বস্ত্রে ছাঁকিয়া গোলা বা রস বাহির করিয়া লইতে হইবে। কাপড়ে ছাঁকিয়া না লইলে আম্রের আঁশ উহার সহিত মিশ্রিত হইতে পারে। আঁশ থাকিলে উহা খাইবার সময় অত্যন্ত অসুবিধা হয় এবং তদ্দ্বারা পেটের পীড়া উৎপাদন হইবার সম্ভব। লিখিত নিয়মে রস প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে।

আম্রের মধুরিকার পক্ষে মিহি টাট্কা ময়দা হইলেই ভাল হয়।

আমের রসে সমুদায় ময়দা, এলাচ চূর্ণ ও চিনি মিশ্রিত করিয়া উত্তমরূপে ফেণাইতে হইবে। ফেণান শেষ হইলে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে এক একটী বড়ার আকারে ঐ ফেণান পদার্থ ছাড়িয়া দিতে হইবে এবং বড়া ভাজার নিয়মানুসারে উহা ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে। এই ভর্জ্জিত খাদ্যকে আম্রের মধুরিকা কহিয়া থাকে। এখন উহা আহার করিয়া দেখ, বুঝিতে পারিবে, আম্রের মধুরিকা কেমন সুখাদ্য।

(প্রকারান্তর।)

উপকরণ ও পরিমাণ।

আম্রের রস	...	...	...	এক সের।
ময়দা	...	...	...	এক সের।
ঘৃত	...	...	...	এক সের।
দুগ্ধ	...	...	...	এক সের।
চিনি	...	...	...	আধ সের।
ছোট এলাচ চূর্ণ	...	...	...	দেড় আনা।

প্রথমে ময়দায় সাড়ে চারি তোলা ঘৃত ময়ান দিয়া উত্তমরূপ দলিতে হইবে। পরে তাহাতে চিনি, এলাচ এবং আম্রের রস ক্রমান্বয়ে এক সঙ্গে মিশাইয়া ফেণাইতে হইবে। উত্তমরূপ ফেণান হইলে পূর্ব্বোক্ত নিয়মে তাহা ঘৃতে ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে। এখন উহা খাদ্যের উপযুক্ত হইল।

এই মধুরিকা যে কি প্রকার খাদ্য তাহা একবার পরীক্ষা করিয়া দেখা উচিত।

কাঁচা আমের পায়স।

কাঁচা আমের দ্বারা এক প্রকার অতি সুখাদ্য পায়স প্রস্তুত হইয়া থাকে, ভোক্তাগণ একবার আহার করিলেই উহার উপাদেয়তা হৃদয়ঙ্গম করিতে পারিবেন। উহা প্রস্তুত করিবার নিয়ম অতি সহজ, এমন কি মনে করিলে সকলই উহা পাক করিয়া পরীক্ষা করিতে পারেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

আম্র খণ্ড	...	...	...	এক পোয়া।
দুগ্ধ	...	...	...	পাঁচ সের।
চিনি	...	...	...	আড়াই পোয়া।
বাদাম	...	...	...	আধ পোয়া।
কিস্‌মিস্ *	...	...	...	আধ পোয়া।
পেস্তা	...	...	...	আধ পোয়া।
ঘৃত	...	...	...	এক ছটাক।
ছোট এলাচের দানা		...	...	আধ আনা।
কলিচূণ	...	...	...	আধ ছটাক।

প্রথমে আম্রখণ্ডে চূণ মাখাইয়া আধ ঘণ্টা ভিজাইয়া রাখ। পরে পরিষ্কৃত জল দ্বারা উহা উত্তমরূপে ধুইয়া লও। এখন এই আম্রখণ্ডগুলি বেশ করিয়া ছেঁচিয়া আবার উত্তমরূপে ধুইয়া ও নিংড়াইয়া রাখ।

এদিকে একখানি পাক-পাত্র জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া কিস্‌মিস্‌গুলি ভাজিয়া লও। এখন সেই ঘৃতে অর্দ্ধেক এলাচের দানা ছড়াইয়া দেও। যখন দেখা যাইবে অল্প ভাজা ভাজা

---

* বাদাম, কিস্‌মিস্ এবং পেস্তা না হইলেও পাক হইতে পারে; তবে ঐ সকল দিলে আরও ভাল হইয়া থাকে।

হইয়াছে, তখন তাহাতে দুগ্ধ ছাঁকিয়া ঢালিয়া দেও এবং মৃদু জ্বালে সর্ব্বদা ঘন ঘন নাড়িতে থাক। নাড়িতে নাড়িতে যখন দুগ্ধ সিকি পরিমাণ মরিয়া আসিবে, তখন তাহাতে আম ও চিনি এবং বাদামাদি ঢালিয়া দেও এবং পূর্ব্ববৎ নাড়িতে থাক।

এইরূপ নাড়িতে নাড়িতে যখন অর্দ্ধেক দুগ্ধ মরিয়া আসিবে এবং কাটি কিম্বা হাতার গায়ে তাহা গাঢ়ভাবে লাগিতে থাকিবে, তখন জ্বাল হইতে উহা নামাইয়া রাখিবে। এখন অবশিষ্ট এলাচের দানা চূর্ণ করিয়া উহাতে ছড়াইয়া দিয়া আর একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ। আম্রের পায়স পাক হইল।

অনেকের ধারণা, আম্রের পায়সে দুগ্ধ নষ্ট হইয়া যায়; কারণ দুগ্ধে অম্লরস পতিত হইলে সহজেই তাহা বিকৃত হইয়া থাকে। কিন্তু লিখিত নিয়মে পাক করিলে আদৌ দুগ্ধ নষ্ট হইবে না।

দুগ্ধের নির্জ্জলতানুসারে যে পায়সের সুতার হইয়া থাকে, তাহা যেন প্রত্যেক পাচক ও পাচিকাদিগের মনে থাকে। জলীয়-দুগ্ধ হইলে কোন-ক্রমেই উহার ভাল আস্বাদন হয় না।

আম্র বৎসরের মধ্যে সকল সময় পাওয়া যায় না, সুতরাং ইচ্ছা হইলেই যে, বার মাস আম্রের পায়স প্রস্তুত হইবে, তাহা সম্পূর্ণ অসম্ভব। এজন্য আর একটী উপায়ে পায়সে আম্রের ন্যায় সুগন্ধ করিতে পারা যায়। অর্থাৎ যে নিয়মে পায়স পাক করিতে হয়, সেই নিয়মে উহা রন্ধন করিয়া শেষে অর্থাৎ জ্বাল হইতে নামাইবার সময় পায়সে অল্প পরিমাণ আম-আদার রস দিয়া নামাইয়া লইলেই ঠিক কাঁচা আমের ন্যায় গন্ধ হইবে।

কাঁঠালের বড়া।

সূক্ষ্ম তণ্ডুল চূর্ণ	...	...	এক সের।
কাঁঠালের গাঢ় রস	...	...	দুই পোয়া।
চিনি	...	...	একসের দেড় পোয়া।
ঘৃত	...	...	এক সের।

কাঁঠালের রস, তণ্ডুল চূর্ণ ও এক পোয়া চিনি একত্র করিয়া ফেণাইয়া লইবে। পরে একটী পাত্রে করিয়া সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে মৃদু জ্বাল দিয়া তাহাতে সুপারির আকারে বড়া ভাজিতে হইবে। এক সের চিনির দানা বাঁধা রস প্রস্তুত করিয়া বড়াগুলি তাহাতে ডুবাইয়া নাড়া চাড়া করিবে। পরে আধ পোয়া চিনিতে ঐ বড়াগুলি দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইয়া শীতল হইলে আহার করিবে।

কাঁঠালের বড়া অমনি আহার করিলেও হয়, কেহ কেহ আবার তাহা গাঢ় ক্ষীরে ডুবাইয়াও আহার করিয়া থাকেন। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ক্ষীরের সঙ্গে আহার করিলে উহা আরও মধুর আস্বাদনের হইয়া উঠে।

পিয়াজের পায়স।

পিয়াজে যেরূপ দুর্গন্ধ তদ্দারা যে রসনা-তৃপ্তি-কর উপাদেয় পায়স প্রস্তুত হইতে পারে ইহা শুনিলে অনেকেই অবিশ্বাস করিতে পারেন, কিন্তু একটু যত্নসহকারে রন্ধন করিলে পিয়াজে উৎকৃষ্টরূপ পায়স প্রস্তুত হইয়া থাকে। এই পায়স এত উত্তম হয় যে, ভোক্তাগণকে না বলিয়া দিলে কেহই উহা পিয়াজ দ্বারা প্রস্তুত তাহা আদৌ বুঝিতে পারেন না। পিয়াজে যে এক-প্রকার মিষ্টতা আছে তাহা বোধ হয় অনেকেই সহজেই অনুমান করিতে পারেন। উহাতে যে দুর্গন্ধ ও ঝাঁজ আছে তাহা নষ্ট করিতে পারিলেই উহা উৎকৃষ্ট খাদ্য মধ্যে পরিগণিত হইতে পারে।

পিয়াজের পায়স করিতে হইলে প্রথমতঃ তাহার খোসা ছাড়াইয়া পিয়াজগুলিকে বেশ সোরু করিয়া লম্বাভাবে কুটিতে হয়। দুগ্ধের পরিমাণানুসারে পিয়াজ কুটিতে হইবে। যে কোন পায়স হউক না কেন, তাহাতে দুগ্ধের ভাগ অধিক থাকা আবশ্যক। পায়সের ভাল মন্দ দুগ্ধের উপর অনেকটা নির্ভর করিয়া থাকে। অর্থাৎ দুগ্ধ যে পরিমাণে উৎকৃষ্ট

(জল-শূন্য) হইবে পায়সও সেই পরিমাণে উৎকৃষ্ট হইবে। এজন্য পায়সের দুগ্ধ জল-শূন্য হওয়া চায়। ভাল দুগ্ধ খরিদ করিতে হইলে উহা স্বচক্ষে দোহন করাইয়া আনাইলেই ভাল হয়। খাঁটি দুগ্ধ হইলেই যে পায়স উত্তম হইবে তাহা মনে করা উচিত নহে। কারণ সকল গাভীর দুগ্ধে সমান মিষ্টতা থাকে না। যে সকল গাভী অল্পদিনমাত্র প্রসব করিয়াছে, তাহা-দিগের দুগ্ধ অপেক্ষা অধিক দিনের প্রসূত গাভীর দুগ্ধই অতি উত্তম। এই প্রকার দুগ্ধ কিছু গাঢ় এবং সমধিক সুমিষ্ট। যে কোনপ্রকার পায়স করিতে হইলে অগ্রে দুগ্ধ সংগ্রহ করিতে পারিলে ভাল হয়। কেহ যেন মনে না করেন, ঐরূপ দুগ্ধ না হইলে পায়স প্রস্তুত হইবে না। দুগ্ধমাত্রেই পায়স হইয়া থাকে, তবে ভাল মন্দ বিচার করিতে হইলে উৎকৃষ্ট দুগ্ধ হওয়াই আবশ্যক।

অগ্রে দুগ্ধের পরিমাণ স্থির করিয়া সেই পরিমাণে পিয়াজ প্রস্তুত করিতে হইবে। পিয়াজের মধ্যে যে নানা জাতি আছে, তাহা সকলই দেখিয়া থাকিবেন। পায়সে সকল প্রকার পিয়াজই ব্যবহার হইতে পারে। পূর্ব্বে যে ভাবে পিয়াজগুলি কুটিতে বলা হইয়াছে সেইরূপ আকারে কুটা হইলে, তাহা একবার ভাল করিয়া অধিক জলে ধুইয়া লইতে হইবে। পরে একটী হাঁড়িতে ঐ পিয়াজ দিয়া অধিক পরিমাণে জল দিতে হইবে। হাঁড়িতে পিয়াজ ও জল দেওয়া হইলে তাহার মুখে একখানি সরা ঢাকা দিয়া উনানের উপর জ্বালে চড়াইতে হইবে। খানিকক্ষণ জ্বাল পাইলে উহা ফুটিতে থাকিবে। এইরূপ ভাবে অধিকক্ষণ ফুটিয়া উঠিলে ভাতের মাড় গালার ন্যায় হাঁড়ির জল গালিয়া ফেলিতে হইবে। হাঁড়ির সমুদায় জল ফেলা হইলে পুনর্ব্বার ঐ হাঁড়িতে জল দিয়া পূর্ব্ববৎ জ্বাল দিতে হইবে এবং কিছুক্ষণ জ্বালে থাকিলে ঐরূপ করিয়া জল গালিয়া ফেলিতে হইবে। এইরূপ নিয়মে যতক্ষণ পর্য্যন্ত পিয়াজের দুর্গন্ধ ঘুচিয়া না যাইবে, ততক্ষণ পর্য্যন্ত ঐরূপ করিয়া জ্বাল দিতে হইবে। এই নিয়মে সিদ্ধ করিয়া জল ফেলাইতে ফেলাইতে যখন দেখিবে উহাতে আর আদৌ দুর্গন্ধ কিম্বা পিয়াজের ঝাঁজ নাই এবং উহা টিপিলে অথবা মুখে দিলে উৎকৃষ্ট দাদখানি

চাউলের ভাতের ন্যায় বোধ হইবে, তখন জানিতে হইবে যে, পিয়াজ পায়স রন্ধনের উপযুক্ত হইয়াছে। পাচক ও পাচিকাগণের এইটা বিশেষ-রূপ মনে রাখিতে হইবে যে, যতক্ষণ পর্য্যন্ত পিয়াজ হইতে সম্পূর্ণরূপে দুর্গন্ধ ও ঝাঁজ না যাইবে, ততক্ষণ উহাকে পুনঃ পুনঃ অধিক জলে সিদ্ধ করিয়া জল বদলাইতে হইবে। এই কার্য্যে বিরক্ত হইলে হইবে না। সকল কাজেই সহিষ্ণুতা থাকা আবশ্যক। বিশেষ রন্ধন-কার্য্যে ব্যস্ত হইলে কোন মতেই রাঁধা ভাল হয় না। যত স্থিরভাবে মনোযোগের সহিত রাঁধা যায় ততই উহা ভাল হইয়া থাকে। লিখিতমত নিয়মে পিয়াজের দুর্গন্ধ নষ্ট করিয়া উহাকে পায়সের উপযুক্ত করিতে পারিলেই পায়স প্রস্তুত করা সহজ হইয়া দাঁড়াইল। দুর্গন্ধ নষ্ট হইলে তাহা কাপড়ে নিংড়াইয়া রাখিতে হইবে।

পূর্ব্বেই বলা হইয়াছে যে, দুগ্ধ যে পরিমাণে জল-শূন্য হইবে পায়সও সেই পরিমাণে উৎকৃষ্ট হইবে। এক্ষণে বেশ খাঁটি দুগ্ধ একখানি কড়ায় করিয়া জ্বালে বসাইতে হইবে। দুগ্ধে মৃদু জ্বাল দেওয়াই ভাল। কারণ জ্বাল অধিক পাইলে উহা উথলিয়া পড়িবার সম্ভব। দুগ্ধ উথলিয়া উঠিলে ঘন ঘন নাড়িতে হয়। তাহাতেও যদি নিবারণ না হয় তবে কড়া হইতে কতক পরিমাণে দুগ্ধ নামাইয়া রাখিলেও চলিতে পারে এবং কড়ার দুগ্ধ জ্বালে কমিয়া গেলে তখন ঐ দুগ্ধে ক্রমে ক্রমে সেই কাটিয়া রাখা দুগ্ধ দিয়া জ্বাল দিতে হইবে। দুগ্ধ যখন বেশ ঘন হইয়া আসিবে তখন তাহাতে সেই সুসিদ্ধ, দুর্গন্ধ-শূন্য পিয়াজ, বাদাম, কিসমিস্ এবং পেস্তা দিয়া নাড়িতে হইবে। অনন্তর দুগ্ধের পরিমাণানুসারে ভাল চিনি দেওয়া আবশ্যক। পায়সে চিনি দেওয়ার সময় একটু বিবেচনার আবশ্যক করে, অর্থাৎ ভাল খাটি দুগ্ধ হইলে প্রতি সেরে আধ পোয়া চিনি দিলেই চলিতে পারে। দুগ্ধ ভাল না হইলে চিনির ভাগ অধিক করিয়া দিতে হয়। কিন্তু তাহাতেও আস্বা-দনের উত্তমতা রক্ষা হয় না। হাজার মিষ্ট দিলেও উহার পান্‌সে তার ঘুচে না। পায়সে অমনি চিনি ঢালিয়া না দিয়া যে পরিমাণ চিনি দিতে হইবে তাহা খানিক দুগ্ধে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া পায়সে দিবে চিনির

ময়লা পায়সে পড়িতে পায় না। খাদ্য দ্রব্য যে পরিমাণে পরিষ্কার করিতে পারা যায়, তৎপক্ষে পাচক ও পাচিকাদিগের দৃষ্টি রাখা উচিত। চিনি দেওয়ার পর খানিক জ্বালে রাখিয়া ঘন ঘন অথচ আস্তে আস্তে উহা নাড়িতে হয়।

পায়স সম্বরা দেওয়া সম্বন্ধে দুই প্রকার নিয়ম আছে, উহার মধ্যে যে কোন প্রকার নিয়ম অবলম্বন করিলেই চলিতে পারে। অর্থাৎ প্রথমে যখন দুগ্ধ জ্বালে বসাইতে হইবে, সেই সময় প্রথমে কড়াতে ঘৃত দিয়া সেই ঘৃত সুপক্ক হইলে তাহাতে তেজপত্র দিয়া নাড়িতে হইবে এবং ভাজা ভাজা বোধ হইলে তাহাতে দুগ্ধ ঢালিয়া দিতে হয়। অন্য প্রকার, পায়স প্রস্তুত হইতে কিছু বাকী থাকিলে তখনও ঐ নিয়মে তেজপত্র সম্বরা দিলেও হইতে পারে। এইরূপে সম্বরা দেওয়া হইলে যখন দেখা যাইবে দুগ্ধ ক্ষীরের ন্যায় ঘন অর্থাৎ হাতা কিম্বা কাটির গায়ে লাগিয়া যাইতেছে, তখন তাহা উনান হইতে নামাইয়া অল্প পরিমাণে কর্পূর ও ছোট এলাচের দানা গুঁড়া করিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। পিয়াজের পায়স প্রস্তুত করিতে আর কোন প্রকার নিয়ম প্রতিপালন করিতে হয় না।

পূর্ব্বোক্ত নিয়মে পায়স প্রস্তুত হইলে তাহা খাদ্যের উপযুক্ত হইল। এই পায়স এত উত্তম হইবে যে, দুর্গন্ধ-ময় পিয়াজ হইতে উহা প্রস্তুত হইয়াছে তাহা আর কেহই বুঝিতে পারিবেন না।

পায়স অতি উপাদেয় খাদ্য অতি প্রাচীন কাল হইতেই উহা এদেশে চলিত হইয়া আসিতেছে। এক্ষণে অন্যান্য জাতির মধ্যেও পায়স প্রস্তুত প্রচলন হইয়াছে। কিন্তু হিন্দুজাতির মধ্যে যে পরিমাণে উহা ব্যবহার অন্য জাতির মধ্যে সে পরিমাণে ব্যবহার দেখা যায় না। হিন্দু-শাস্ত্রে পায়স অতি পবিত্র খাদ্য এজন্য দেব ভোগের জন্য পায়সের ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়। পিয়াজের পায়স প্রস্তুত করিবার নিয়ম অধিক দিন প্রচলিত হয় নাই। মুসলমান রাজত্বের পূর্ব্বে এই পায়স প্রস্তুত সম্বন্ধে কোন প্রমাণ পাওয়া যায় না।

নানাবিধ দ্রব্য দ্বারা পায়স প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন প্রকরণে

সেই সকল পায়সের বিবরণ লিখিত হইবে। আমরা আশা করি যে সকল পাঠক ও পাঠিকার পিয়াজ ভক্ষণে কোন আপত্তি নাই, তাঁহারা এই পায়স প্রস্তুত করিয়া পরীক্ষা করিতে পারেন। এস্থলে ইহা জানা আবশ্যক যে, যে কোন খাদ্য একবারমাত্র স্বহস্তে পাক করিলেই যে, তাহাতে জ্ঞান লাভ করিতে পারিবেন তাহা যেন মনে না করেন। দুই চারিবার স্বহস্তে কিম্বা স্বচক্ষে দর্শন করিলে ক্রমে ক্রমে সুপাচক হইতে পারিবেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।

পিয়াজ	আধ পোয়া।
দুগ্ধ	পাঁচ সের।
বাদাম	আধ পোয়া।
কিস্‌মিস	আধ পোয়া।
পেস্তা	আধ পোয়া।
চিনি	আড়াই পোয়া।
ছোট এলাচ চূর্ণ	দেড় আনা।

নারিকেলের ইংলিস্‌ পিষ্টক।

ইয়ুরোপীয়েরা নারিকেল দ্বারা একপ্রকার পিষ্টক প্রস্তুত করিয়া থাকেন। এই পিষ্টক আহারে বেশ সুখাদ্য অথচ অতিশয় পুষ্টি-কর। নারিকেলের পিষ্টক প্রস্তুত করা অতি সহজ এবং সকল পরিবারেরই সুসাধ্য। নিম্ন লিখিতরূপে উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

নারিকেলকুরা	এক ছটাক।
চিনি	আধ পোয়া।
ডিম	তিনটা।

প্রথমে নারিকেল কুরিয়া লইবে। কুরিবার সময় তাহাতে যেন

মালার ময়লা অর্থাৎ খাঁকরি না পড়িতে পায়। এই নারিকেল কুরা অল্প পরিমাণে চাপিয়া তাহার দুগ্ধ গালিয়া ফেলিতে হইবে। এখন নারিকেলে পরিষ্কার চিনি মাখিয়া লইতে হইবে।

এদিকে ডিম ভাঙিয়া তাহার মধ্যস্থ শ্বেতাংশ বাহির করিয়া উত্তম-রূপে ফেণাইতে হইবে। উহা এমন ফেণাইতে হইবে যেন, তাহা হইতে ফেণা উঠিতে থাকে। এখন পূর্ব্ব প্রস্তুত নারিকেল এই সঙ্গে বেশ করিয়া মিশাইয়া লওয়া আবশ্যক, এই মিশ্রিত পদার্থ অল্প চাপড়াইয়া পিষ্টকের আকারে গঠন করিতে হইবে। ফলকথা পিষ্টকের আকার যেন খুব বড় না হয়। ছোট ছোট ধরণে হইলেই ভাল হয়। এই সময় আর একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক, অর্থাৎ বড় আকারের ডিম প্রায়ই তরল ও শীতল হইয়া থাকে। এজন্য তাহার শ্বেতাংশ মিশাইলে যদি উহা পাতলা হয়, তবে পিষ্টক প্রস্তুত করিতে অসুবিধা ঘটিয়া উঠিবে, এজন্য তাহাতে অল্প পরিমাণে ময়দা কিম্বা চাউলের গুঁড়া মিশাইয়া লইতে হইবে।

এইরূপে পিষ্টক প্রস্তুত হইলে একখানি তাওয়া মৃদু তাপে চড়াইয়া তাহার উপর পাতলা কাগজ বিছাইতে হইবে। এখন সেই কাগজের উপর পিষ্টকগুলি স্থাপন করিয়া ছাঁকিয়া লইলেই নারিকেলের পিষ্টক পাক হইল। পূর্ব্বে যে কাগজ বিছাইবার কথা বলা হইয়াছে, তাহার কারণ এই ঐ পিষ্টক অতি কোমল পদার্থ, সুতরাং অল্প আঁচেই পুড়িয়া যাইবার বিলক্ষণ সম্ভব। কিন্তু কাগজের উপর রাখিয়া পাক করিয়া লইলে সে আশঙ্কা থাকে না।

দুগ্ধের ইংলিস্ রুটি।

এই রুটি প্রস্তুত করিবার নিয়ম পাঠ করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। অতি সহজ উপায়ে উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।

দুগ্ধ	নয় ছটাক।
ময়দা	দেড় সের।
দুগ্ধের সর	আধ ছটাক।
লবণ	(টিস্পুন) এক ছোট চাম্‌চা।

ভাল রকম ময়দা লইয়া তাহাতে লবণ মিশ্রিত কর। এখন দুগ্ধে জমাট বাঁধা সর মিশাইয়া বিশেষরূপে ঘুঁটিয়া লও। অর্থাৎ উহা যেন দুগ্ধের সহিত বেশ মিশাইয়া যায়। এই সর মিশ্রিত দুগ্ধে ময়দা মাখিয়া লও। ময়দা মাখিয়া তাহা উত্তমরূপে পেষণ করিতে থাক। রুটির ময়দা যে পরিমাণে মর্দ্দন করা যায়, রুটিও যে সেই পরিমাণে কোমল ও ফুলিয়া থাকে, তাহা যেন প্রত্যেক পাচকের মনে থাকে। কোন কোন প্রকার রুটির ময়দা পিটাইয়া লওয়ারও রীতি আছে।

দুগ্ধের রুটিতে কেহ কেহ অল্প পরিমাণ চিনি ও বাদাম মিশাইয়াও থাকেন। ফলতঃ—রুচি ভেদ, ঐ সকল উপকরণের ব্যবস্থা হইয়া থাকে। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি বাদামাদি মিশাইলে যদিও আস্বাগত উন্নতি হইতে পারে কিন্তু তদ্বারা রুটি ভাল রকম—ফুলিবার পক্ষে ব্যঘাত হইয়া থাকে।

পূর্ব্বে যে ময়দা মাখা হইয়াছে, এখন তাহা সমান তিনটী ভাগে বিভক্ত কর, এবং প্রত্যেক ভাগে এক একখানি রুটি প্রস্তুত করিয়া রাখ।

এদিকে আগুণের মৃদু তাপে একখানি তাওয়া চড়াইয়া দেও এবং তাহা গরম হইলে তাহার উপর রুটি স্থাপন করিয়া—ছাঁকিয়া লও। লিখিত নিয়মে পাক করিলে দুগ্ধের ইংলিস্ রুটি প্রস্তুত হইল।

এই রুটি অত্যন্ত কোমল এবং উত্তম সুখাদ্য।

চিজ্‌কেক্।

প্রথমে কিছু পাঁওরুটি খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিয়া লও। এদিকে এক সের পরিমিত দুগ্ধ জ্বালে ফুটাইতে থাক। পরে তাহাতে বাঁধা দধি ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঘোলের মত কর। এই ঘোলবৎ দুগ্ধে পূর্ব্ব রক্ষিত রুটি খণ্ড ঢালিয়া দিয়া কিছুক্ষণ জ্বাল দেও।

জ্বালে উহা ফুটিতে আরম্ভ হইলে তিনটী ডিমের মধ্যস্থ তরল পদার্থ তিন ছটাক ঘোলের সহিত উত্তমরূপে মিশাইয়া উহাতে ঢালিয়া দেও। এই সময় উহাতে কিছু লেবু জারা এবং চিনি কিম্বা মিস্‌রি দিয়া সুমিষ্ট করিয়া লও। এখন এই গাঢ়বৎ পদার্থ জ্বাল হইতে নামাইয়া লইলেই চিজ্‌ কেক্ প্রস্তুত হইল।

প্রকারান্তর।

লেবু দ্বারা এক প্রকার রুটি প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহাকেও সাধারণতঃ চিজ্‌কেক্ কহিয়া থাকে। উহার প্রস্তুত প্রণালী পাঠ কর।

এক পোয়া টাট্‌কা মাখন লইয়া তাহাতে এক সের উৎকৃষ্ট চিনি মিশ্রিত কর। এই মিশ্রিত পদার্থে আটটী লেবুর (কাগজি কিম্বা পাতি) রস দিয়া আগুণের উত্তাপে চড়াইয়া দেও। জ্বালে মাখন গলিয়া তরল হইলে তখন তাহাতে বারটী ডিমের সারাংশে উত্তমরূপে ফেটাইয়া উহার মধ্যে ঢালিয়া দিতে হইবে। জ্বালে উহা ফুটিয়া কর্দ্দমের ন্যায় ঘন হইলে জ্বাল হইতে নামাইয়া অপর একটী পরিস্কার পাত্রে রাখিবে। বাতাসে উহা শীতল হইয়া আসিলে তখন তাহা উত্তমরূপে ঢাকিয়া রাখিবে। আর শীতল বাতাস লাগাইবার আবশ্যক হইবে না।

এই প্রস্তুত করা খাদ্য লিমন টোষ্ট বা লেবুর রুটি এবং কেহ কেহ চিজ কেক্‌ও কহিয়া থাকেন। রুচি ভেদে উহার বিশেষরূপ আদর দেখিতে পাওয়া যায়।

ইয়ুরোপের মধ্যে অনেক স্থানেই এই সকল খাদ্যের বিশেষ প্রচলন আছে। আমাদের দেশে অনেকেই উহার আস্বাদনে বঞ্চিত আছেন। ইয়ুরোপীয় খাদ্য মাত্রেরই একটী বিশেষ গুণ এই যে, প্রায় উহা পুষ্টি-কর উপকরণে প্রস্তুত হইয়া থাকে। এদেশের অনেকেই ডিম্ ও মাংসের নামে চটিয়া উঠেন। কিন্তু তাঁহাদিগের বিবেচনা করা আবশ্যক যে, খাদ্যের প্রধান উদ্দেশ্য কি? শারীরিক বল বৃদ্ধিই যে খাদ্যের প্রধান লক্ষ্য, তাহা একবার বিবেচনা করা উচিত। এই জন্য আমাদের অনুরোধ দেশ মধ্যে এইরূপ খাদ্য প্রচলন হওয়া উচিত, যাহা আমাদিগের শারীরিক উন্নতি পক্ষে সহায়তা করে।

কাঁচা কলার বরফি।

বরফি নানা প্রকার দ্রব্য দ্বারা প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য দ্বারা প্রস্তুত করিলে যে, আস্বাদন ও গুণের প্রভেদ হইয়া থাকে, তাহা যেন সকলেরই মনে থাকে। আমরা এ প্রস্তাবে কেবলমাত্র কাঁচা কলার বরফি প্রস্তুতের নিয়ম লিখিব। প্রস্তাবান্তরে অন্যান্য প্রকার বরফি প্রস্তুতের নিয়ম লিখিয়া পাঠক ও পাঠিকাদিগের কৌতূহল ভঞ্জন করিব।

উপকরণ ও পরিমাণ।

কাঁচা কলা (ত্বক রহিত)	একসের।
ক্ষীর	এক পোয়া।
জায়ফল চূর্ণ	এক তোলা।
জয়িত্রী চূর্ণ	এক তোলা।
চিনির রস	দেড় সের।

প্রথমে কলার খোসা ছাড়াইয়া পাতলা ধরণে কুটিয়া শীতল জলে রাখিতে হইবে। পরে তাহা জল হইতে তুলিয়া ঘৃতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া নামাইয়া লইবে।

এখন এই ভর্জ্জিত কলা উত্তমরূপ বাটিয়া মোমের মত করিতে হইবে। পরে তাহাতে সমুদায় ক্ষীর বেশ করিয়া মিশাইয়া লইবে।

এদিকে একখানি পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া দিয়া তাহাতে ঘৃত ঢালিয়া দিবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ক্ষীর মিশ্রিত কদলী ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাকিবে। এই সময় তাহাতে জায়ফল ও জয়িত্রী চূর্ণ ছড়াইয়া দিবে। অনন্তর দেড় সের পরিমিত চিনির রস উহাতে ঢালিয়া দিয়া ধীরে ধীরে নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে।

জ্বালে উহা বেশ ঘন হইয়া কাদার ন্যায় মিশ্রিত হইয়া আসিলে তখন তাহা জ্বাল হইতে নামাইবে।

এখন পাক-পাত্র হইতে উহা তুলিয়া অন্য আর একটী পাত্রে ঢালিয়া রাখিতে হইবে। এই সময় একটী কথা মনে রাখিতে হইবে, অর্থাৎ যে পাত্রে উহা ঢালা হইবে, অগ্রে তাহাতে সামান্যরূপ ঘৃত মাখাইয়া ঢালিলে ভাল হয়। কারণ নিম্নে ঘৃত থাকিলে বরফি তুলিবার সময় তাহা ভাঙ্গিয়া যাইবে না। ঘৃতাক্ত পাত্রে উহা নামাইয়া রাখিলে বাতাসে জমাট বাঁধিয়া কঠিন হইয়া উঠিবে। তখন তাহা ইচ্ছানুসারে বরফির আকারে কাটিয়া লইলেই কলার বরফি প্রস্তুত হইল।

কেহ কেহ আবার উহা অপেক্ষাকৃত সুস্বাদু করিবার জন্য উহার সঙ্গে আরও নানাবিধ উপকরণ মিশাইয়া লইয়া থাকেন। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, কেবলমাত্র গন্ধ মসলা চূর্ণ না দিয়া ঘৃতাক্ত পাত্রে ঢালিবার সময় তাহাতে দুই এক ফোটা গোলাপী আতর দিলে উহা অতি উপাদেয় হইয়া উঠে। আর বাদাম ও পেস্তা পাতলা ধরণে কুচি কুচি করিয়া বরফির উপরে ছড়াইয়া দিলে অপেক্ষাকৃত রুচি-কর হইয়া থাকে।

গোলাপজলের চাট্নি।

এই চাট্নিকে কেহ কেহ গোলাপী চাট্নিও কহিয়া থাকে। অম্ল

মধুর আস্বাদন এবং গোলাপের সুগন্ধ জন্য এই চাট্‌নি একবার জিহ্বায় সংযোগ হইলে আর ভুলিতে পারা যায় না।

গোলাপ জলের চাট্‌নি প্রস্তুত করা অতি সহজ। গোলাপজল, তেঁতুল, চিনি এবং লবণ উহার প্রধান উপকরণ।

জলে তেঁতুল ভিজাইয়া তাহা গুলিয়া লও। পরে তাহাতে আবশ্যক মত চিনি ও লবণ মিশাইয়া একখানি পরিষ্কার নেকড়ায় ছাঁকিয়া লও। এখন উহাতে গোলাপজল ঢালিয়া লইলেই গোলাপজলের চাট্‌নি প্রস্তুত হইল। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, উহাতে আর দুইটী জিনিষ মিশাইলে উহা অপেক্ষাকৃত উপাদেয় হইয়া থাকে। চাট্‌নি প্রস্তুত করিয়া তাহাতে কুড়ালি লেবুর (পাতি কিম্বা কাগজি) অল্প মাত্রায় রস দিলে আস্বাদন ও সৌরভ অতি চমৎকার হইয়া থাকে। আর যদি পরিবেশন-কালে চাট্‌নিতে এক খণ্ড বরফ দিয়া লওয়া যায়, তবে উহা যে কিরূপ উপাদেয় হইয়া উঠে তাহা আস্বাদন না লইলে লিখিয়া বুঝান কঠিন। জিহ্বার জড়তা ভঙ্গ এবং রুচি বর্দ্ধনের পক্ষে এই গোলাপ জলের চাট্‌নি সম্পূর্ণ ব্যবস্থার যোগ্য।

গোলাপ জলের চাট্‌নি অগ্নিতে পাক করিতে হয় না। লিখিতরূপ নিয়মে প্রস্তুত করিয়া লইলেই গোলাপ জলের চাটনি প্রস্তুত হইল।